



BRUNO RIGHI

CIRURGIA GERAL / GASTRO CIRURGIA / CIRURGIA DIGESTIVA

ORIENTAÇÕES PÓS OPERATÓRIAS PARA CIRURGIA BARIÁTRICA – APÓS A CIRURGIA

1. DIETA LÍQUIDA POR **10 DIAS** NO PÓS OPERATÓRIO:

ÁGUA, SUCO, CHÁ, ÁGUA DE CÔCO, LEITE, SORVETE, IOGURTE.
COMER UM POTE DE GELATINA DE 8/8HS
FAZER SOPA DE LEGUMES, PASSAR NO COADOR E TOMAR O
LÍQUIDO, TEMPERO 'A VONTADE.
NÃO USAR AÇÚCAR, SOMENTE ADOÇANTE.
COMER ATÉ FICAR SACIADO/A.

2. ALIMENTAR ASSENTADA NA CADEIRA. TOMAR UM GOLE E ESPERAR 5 SEGUNDOS. FICAR ATENTO A SENSACÃO DE SACIEDADE. PERMITIDO FAZER REFEIÇÕES A CADA 30 MINUTOS OU UMA HORA. RESPEITAR A VONTADE DE ALIMENTAR.

3. FAZER CAMINHADAS LEVES, 2 A 3 VEZES AO DIA. NÃO FICAR DEITADA OU ASSENTADA O DIA TODO. USAR MEIAS ELÁSTICAS DURANTE 10 A 15 DIAS. RETIRAR AS MEIAS PARA TOMAR BANHO E DORMIR. COLOCAR / VESTIR AS MEIAS DE MANHÃ ANTES DE LEVANTAR DA CAMA.

4. APLICAR ENOXAPARINA, UMA AMPOLA AO DIA, DURANTE 09 DIAS.

6. INICIAR **DIETA PASTOSA ENTRE O 10 E 15 DIA** - IOGURTE, PURÊ DE BATATA, MINGAU, SOPA DE LEGUMES AMASSADA (SEM CARNE, SOMENTE O CALDO DA CARNE), MACARRÃO BEM COZIDO.

7. LEMBRAR QUE, PÃO, CARNE DE BOI E ARROZ SÃO MAL TOLERADOS. A PARTIR DE 15 DIAS PERMITIDO COMER CARNE DE BOI MOÍDA.

ALIMENTOS GORDUROSOS OU DOCES PROVOCAM MAL ESTAR. EVITAR MAIONESE, MARGARINA, CREME DE LEITE, LEITE INTEGRAL, AMENDOIN. EVITAR ALIMENTOS MUITO DOCES OU COM ACÚCAR.

8. EVITAR CARREGAR PESOS POR 30 DIAS.