

<p>UFSC Hospital Universitário Prof. Polydoro Ernani de São Thiago da Universidade Federal de Santa Catarina</p>	<p>Procedimento Operacional Padrão (POP) <u>Divisão de Nutrição e Dietética</u></p>	<p>POP nº 03 - DND/HU</p>	
	<p>Atendimento Ambulatorial de Nutrição em Cirurgia Bariátrica (Acompanhamento pós-operatório)</p>	<p>Versão 02</p>	<p>Próxima revisão:</p>
<p>Elaborado por: Gisele Maria Backes Gomes</p>		<p>Data da criação: 2007</p>	
<p>Revisado por: Rafaella C. D. de Miranda</p>		<p>Data da revisão: junho/2014</p>	
<p>Aprovado por: Gisele Maria Backes Gomes</p>		<p>Data da aprovação: junho/2014</p>	
<p>Local de guarda do documento:</p>			
<p>Responsável pelo POP e pela atualização: Rafaella C. D. de Miranda</p>			
<p>Objetivo: Realizar acompanhamento e avaliação nutricional de pacientes no pós-operatório de cirurgia bariátrica</p>			
<p>Setor: DND</p>		<p>Agente: Nutricionista</p>	
<p>ETAPAS DO PROCEDIMENTO: páginas 01/07</p>			
<p>Campo de aplicação:</p>			
<ul style="list-style-type: none"> • Divisão de Nutrição e Dietética • Serviço de Ambulatório em Cirurgia do Aparelho Digestivo • Serviço de Ambulatório em Psicologia • Serviço de Ambulatório em Endocrinologia • Serviço de Assistência Social • Unidade de Internação Clínica Cirúrgica I 			
<p>População atendida:</p>			
<ul style="list-style-type: none"> • Pacientes submetidos à cirurgia bariátrica nesta Instituição 			
<p>Local de atendimento e frequência:</p>			
<ul style="list-style-type: none"> • Ambulatório de Nutrição do Hospital Universitário, área A, salas 1 e 2, período matutino, periodicidade semanal (quintas-feiras). 			
<p>Agendamento de consultas:</p>			
<ul style="list-style-type: none"> • Realizado na Área A do Hospital Universitário, em agenda interna, para pacientes em 30 dias de pós-operatório de cirurgia bariátrica, realizada nesta Instituição, encaminhados pela nutricionista responsável pela Unidade de Internação Clínica Cirúrgica I. • As próximas consultas são agendadas com três, seis e doze meses de pós-operatório ou conforme necessidade observada pelo profissional em atendimento. <p>No segundo ano de cirurgia bariátrica o retorno ambulatorial se faz anualmente ou conforme necessidade observada pelo profissional em atendimento</p>			

Método e material utilizados:

- Entrevista com o paciente conforme agenda ambulatorial disponível.
- Prontuário do paciente.
- A enfermaria Cirúrgica I e o ambulatório (sala 5, do cirurgião) dispõem de balança Welmy® com capacidade máxima de 300kg e antropômetro vertical, mesa e cadeiras para a entrevista e maca. São utilizados ainda fita métrica, calculadora digital e material de escritório.
- Dependendo do tempo de cirurgia são entregues aos pacientes orientações nutricionais (ANEXO 1).

Procedimentos de retorno pós-cirurgia: segue Ficha de Atendimento Ambulatorial de Nutrição no pós-operatório de gastroplastia

Verificação de adaptação à dieta:**a) Transtornos gastrointestinais:**

() náuseas pós-alimentares?.....Frequência:.....
() vômitos pós-alimentares?..... Frequência:.....
() diarreiaFrequência:.....
() constipação intestinalFrequência:.....
Observações:.....

b) Uso de suplementação

Via oral polivitamínico-mineral diária: () sim () não
Aplicação de vitamina injetável 2/2 meses: () sim () não

c) Seguimento da dieta orientada: () sim () não

Por que?.....
.....

Avaliação antropométrica:

Peso pré operatório: _____ kg IMC pré operatório: _____ kg/m²

Peso atual: _____ kg Altura: _____ cm IMC atual: _____ kg/m²

Percentual de perda total de peso: _____ Percentual de perda de excesso de peso: _____

Exames laboratoriais: hemograma, lipidograma, ferro, transferrina, ferritina, vitamina B12, cálcio, magnésio, potássio, sódio, zinco, ácido fólico, glicemia de jejum, Hb glicada, ácido úrico, creatinina, ureia, enzimas hepáticas, proteínas totais e frações.

Diagnóstico nutricional: _____

Orientação dietética: Paciente orientado conforme situação pós-operatória, com dieta de progressão e quantidades estabelecidas (Anexo 1).



ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL PARA GASTROPLASTIA – FASE I

ORIENTAÇÕES GERAIS

- Consistência da dieta: **líquida e coada**. Use peneira fina ou gaze para coar os alimentos propostos.
- Volume de preparações líquidas: **um copo de cafezinho (50ml) a cada 30 minutos**.
- Tomar os líquidos propostos lentamente e sempre em posição sentada.
- Não utilize canudos.
- Usar adoçante somente quando necessário. Dar preferência para os a base de Stévia/Sucralose.

Duração da dieta: até aproximadamente o 7º dia de pós-operatório.

ALIMENTOS PERMITIDOS

- Água sem gás, filtrada ou fervida.
- Água de coco.
- Chás: camomila, erva cidreira, capim limão, de frutas, hortelã. Não utilizar chás prontos, de garrafa, de caixa, nem de lata.
- Sucos naturais: de qualquer fruta coado (com peneira fina ou gaze) e **diluído a 50%***.
- Leite ou suco de soja: **diluir a 50%*** (sem açúcar – observar o rótulo).
- Gelatina Diet ou Zero Açúcar (único alimento que pode ser consumido sólido).
- Caldo da sopa: preparar a sopa com pelo menos três vegetais, com um tipo de carboidrato ou uma leguminosa e um tipo de carne. Utilizar somente temperos naturais (cebola, alho, salsinha, cebolinha, etc.). Consumir apenas o caldo **coado** (com peneira fina ou gaze).
Exemplos de vegetais: chuchu, abóbora, cenoura, couve, abobrinha, beterraba.
Exemplos de carboidratos: qualquer tipo de batata, arroz, mandioca, inhame ou macarrão.
Exemplos de carnes: frango, carne bovina, peixe.
Exemplos de leguminosas: qualquer tipo de feijão, lentilha, grão de bico ou ervilha (se na sopa for utilizado algum tipo de leguminosa, esta sopa precisará ser **além de coada com peneira fina ou gaze, diluída a 50%***).

ALIMENTOS PROIBIDOS

- Café com leite, *gatorade*, bebidas alcoólicas, refrigerantes (nem Light/Diet), bebidas gasificadas (inclusive água), sucos em pó e açúcar.

***Diluição a 50%:** encher a metade do copinho de café com água e a outra metade com o alimento proposto.

ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL PARA GASTROPLASTIA - FASE II

Duração da dieta: até aproximadamente o 30º dia de pós-operatório. Será feita outra orientação nutricional na consulta realizada no ambulatório.

ORIENTAÇÕES GERAIS

- Consistência da dieta: **líquida e pastosa.**
- **Não é mais necessário coar nem diluir nada.**
- Fazer de **6 a 8 refeições** diárias, com intervalos de **2 a 3 horas.**
- Volume de preparações líquidas: **aproximadamente 100ml.**
- Seguir as **quantidades** de alimentos **recomendados.**
- Comer **lentamente, mastigando bem** os alimentos.
- **Usar adoçante se necessário, preferencialmente a base de Stévia/Sucralose.**

ALIMENTOS PERMITIDOS:

- Água de coco.
- Chás: camomila, erva cidreira, capim limão, de frutas, hortelã. Não utilizar chás prontos, de garrafa, de caixa, nem de lata.
- Sucos naturais: de qualquer fruta.
- Leite: **somente desnatado.**
- Café com leite **desnatado.**
- Vitamina de frutas com leite **desnatado.**
- Mingau (de farinha de aveia ou amido de milho) com leite **desnatado.**
- Gelatina Diet.
- Iogurte Light ou desnatado.
- Leguminosas: feijão, lentilha, ou ervilha **liquidificados.**
- Purê da batata, abóbora ou cenoura bem **cremosos**, na consistência de mingau.
- **Frutas em consistência de papa** (Ex.: mamão e banana amassados; pêra e maçã cozidas ou raspadas, etc.).
- Sopa liquidificada: preparar a sopa com pelo menos três vegetais, com um tipo de carboidrato ou uma leguminosa e um tipo de carne. Utilizar somente temperos naturais. Liquidificar todos os alimentos.
Exemplos de vegetais: chuchu, abóbora, cenoura, couve, abobrinha, beterraba.
Exemplos de carboidratos: qualquer tipo de batata, arroz, mandioca, inhame ou macarrão.
Exemplos de leguminosas: qualquer tipo de feijão, lentilha, grão de bico ou ervilha.
Exemplos de carnes: frango, carne bovina, peixe.

ALIMENTOS PROIBIDOS

- Bebidas alcoólicas, refrigerantes (nem light/diet), bebidas gaseificadas (inclusive água), café preto, sucos em pó, açúcar.

ATENÇÃO: não ultrapassar o volume de 100 ml nas refeições

Água e chás devem ser consumidos **entre as refeições**, em pequenos goles, aproximadamente 2 litros ao dia, observando a tolerância individual.

EXEMPLO DE CARDÁPIO

Desjejum: café com leite desnatado e adoçante ou mingau de maisena com leite desnatado e adoçante.

Lanche: iogurte de frutas light (0% gordura).

Almoço: sopa de legumes com frango, liquidificada.
Lanche: suco de frutas natural sem açúcar (usar adoçante, se necessário).
Jantar: sopa de lentilha com legumes e carne moída, liquidificada.

Ceia: mingau com leite desnatado com adoçante.

ORIENTAÇÃO NUTRICIONAL PARA GASTROPLASTIA - FASE III

Duração da dieta: até aproximadamente 3 meses de pós-operatório

ORIENTAÇÕES GERAIS

- Consistência da alimentação: transição de pastosa para **branda e normal**.
- Fazer de **6 a 8 refeições** diárias, com intervalos de **2 a 3 horas**.
- Volume de preparações líquidas: aproximadamente 200ml.
- Seguir as **quantidades e grupos** de alimentos **recomendados**.
- Comer **lentamente, mastigando bem** os alimentos.
- Variar os alimentos e os tipos de preparações nas refeições, evitando frituras.
- Preparar as carnes: assadas, ensopadas ou grelhadas, usando cortes magros (coxão mole, patinho, músculo), peixes e frango sem a pele.
- Beber líquidos (água, chás e sucos naturais) entre as refeições, aproximadamente 2 litros ao dia.
- Não consumir bebidas gasosas (refrigerantes), chás prontos (lata, garrafa ou copo).
- Não utilizar açúcar ou alimentos já adoçados (leite condensado, achocolatados, sorvetes, flans).
- Usar adoçante se necessário, preferencialmente a base de Stévia/Sucralose.

A CONSISTÊNCIA DAS REFEIÇÕES VAI EVOLUIR GRADUALMENTE:

Utilize **PRATOS DE SOBREMESA OU DE PÃO**. Evite pratos de sopa ou de almoço.

a) **Bebida:** Leite desnatado; café com leite desnatado; iogurte desnatado (light 0% gordura); vitamina de frutas com leite desnatado; suco natural de qualquer fruta; chá de infusão de qualquer sabor; água mineral ou água fervida e filtrada; água de coco; não utilize açúcar.

b) **Amido:** (horário de café da manhã e café da tarde): Torrada (cortar uma fatia de pão em 4 pedaços e torrar): consumir apenas um quadradinho da fatia ($\frac{1}{4}$) e ir aumentando esse $\frac{1}{4}$ a cada semana até completar 4 quadradinhos ou uma fatia. Cada $\frac{1}{4}$ de pão equivale a uma bolacha água e sal ou 1 torrada pronta industrializada. Em cada quadradinho da torrada ou bolacha colocar uma fatia de **queijo branco, ricota ou 1 ponta de faca de requeijão light**.

c) **Amido** (horário de almoço e jantar: batata, polenta, abóbora ou aipim bem cozidos ou na forma de purê mais consistente, arroz bem cozido, macarrão bem cozido: **1 colher de sopa**.

d) **Verduras cozidas** (horário de almoço e jantar): escolher inicialmente as verduras mais

macias (abobrinha, abóbora, chuchu ou cenoura bem cozidos, berinjela, etc.): **1 colher de sopa.**

e) **Carnes** (horário do almoço e jantar): carne moída; frango ou peixe assado, cozido ou grelhado ou com molho com o mínimo de gordura : **1 colher de sopa**; NÃO FRITAR. Opção para substituir a carne: ovo cozido ou mexido bem molinho.

e) **Leguminosas** (horário do almoço e jantar): feijão liquidificado ou bem cozido com bagos amassados, lentilha e ervilha bem cozida: **1 colher de sopa.**

f) **Sopas** (opção de jantar caso não repita o almoço) com verduras e legumes bem cozidos inteiros amassados com carne moída, frango ou peixe sem gordura e sem pele, em pedaços pequenos: **1 concha pequena.**

g) **Frutas**: Mamão amassado, banana amassada, pêra ou maçã raspadas **sem casca**, frutas **sem casca** bem macias (ameixa, caqui maduro, melão maduro, pêssego maduro, etc.) ou frutas **sem casca** cozidas ou assada como papa de neném sem açúcar, **sem casca**, sem sementes e sem bagaços. Pode usar o microondas ou suco natural de frutas

Observação: Utilizar 1 colher de óleo (10ml) por dia para o preparo dos alimentos.

- **PROIBIDO** o consumo de GRÃOS (milho, grão de bico, pipoca, amendoim e oleaginosas).

PROGRESSÃO DA DIETA:

Data:/...../..... : Acrescentar mais 1 COLHER DE SOPA de amido; todas as frutas cruas **sem casca**, semente ou bagaço estão liberadas. **Total da refeição: 5 colheres de sopa**

Data:/...../..... : Acrescentar mais 1 COLHER DE SOPA de salada crua e carne vermelha sem moer, sem gordura (cozida, assada ou grelhada).. Todas as frutas **com casca** ou bagaço estão liberadas. **Total da refeição: 6 colheres de sopa.**

EXEMPLO DE CARDÁPIO FINAL DE 800kcal:

‘Refeição	Grupo	Porção	Exemplo de Alimento ou preparação	Medidas Caseiras
Café da manhã	Leite	1	Leite desnatado	1 copo pequeno
	Pão	1/2	Pão de trigo integral	1 fatia ou 1/2 unid
	Leite	1	Requeijão Light	1 colher de sopa cheia
Lanche	Frutas	1	Maçã	1 unidade pequena
Almoço	Legumes	1/2	Abóbora refogada	2 colheres de sopa
	Arroz	2	Arroz integral	2 colher de sopa
	Feijão	1	Lentilha cozida	1 colher de sopa
	Carne	1	Bife	1/2 unidade pequena
	Gordura	1	Azeite de oliva	1 colher de sobremesa

Lanche	Leite Frutas	1/2 1	Leite desnatado Mamão	1/2 copo pequeno 1 fatia média
Jantar	Legumes Arroz Carne Gordura	1/2 2 1 1	Chuchu refogado Arroz integral Carne moída Azeite de oliva	2 colheres de sopa 2 colh. sopa cheias 1 colher de sopa 1 colher de sobremesa
Ceia	Frutas	1	Laranja	1 unidade média