

GRUPO DE PAIS

- ✓ **Para quem?** Todos os pais de crianças com doença cardíaca, independentemente da idade ou doença.
- ✓ **Porque?** Tornar os desafios de cuidar de uma criança com uma doença cardíaca mais fáceis de ultrapassar, através da partilha de experiências comuns entre os pais.
- ✓ **Onde?** Online, através da página do Facebook “Grupo de Ajuda Mútua para Pais de Crianças com Cardiopatia Congénita”.
- ✓ **Quando?** Primeira quarta-feira de cada mês, das 18h30 às 20h30.

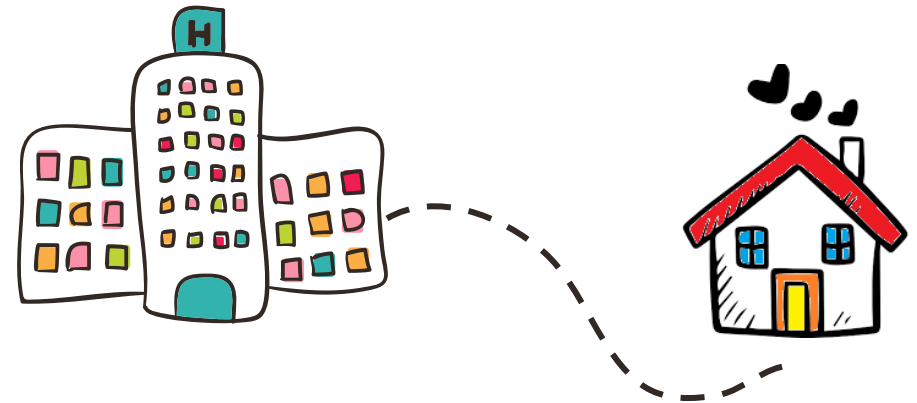


DICAS ÚTEIS PARA OS PAIS/ FAMÍLIA:

- ✓ Permita-se **preservar as memórias positivas** de uma forma prática, registando-as com **fotografias, escrevendo-as...** Porque não fazer um livro do bebé? Porque não fazer um álbum de fotografias? Porque não fazer um diário? Pode pedir ajuda a um enfermeiro!
- ✓ **Todas as pequenas conquistas devem ser celebradas.** Partilhe-as com a sua família numa fotografia, chamada ou videochamada!
- ✓ Aproveite os momentos em que o seu filho está a descansar, para **descansar** também;
- ✓ **Aceite/ peça ajuda da sua família e/ou amigos** para as atividades do dia-a-dia (limpeza, refeições, etc.);
- ✓ Procure **apoio** junto da sua **família e amigos e/ou outros pais/ famílias** que também cuidem de uma criança com doença cardíaca.

Cuidados Pós Cirurgia Cardíaca

Guia de Orientação para a alta da criança



Contactos úteis:

Enfermaria: 210433121 (122)
Secretária de Unidade: 210433389

Assistente Social: 210433118
Consultas: 210433178



O QUE DEVE CONHECER/ SABER ANTES DE REGRESSAREM

A CASA:

Alimentação e atividade física

- Conhecer quais os sinais de cansaço / alerta
- Conhecer os cuidados com as brincadeiras
- Conhecer os cuidados com a alimentação

Segurança

- Reconhecer sinais de alarme, que impliquem o contacto com o médico
- Conhecer qual o seguimento médico após a cirurgia
- Conhecer quais os cuidados a ter com o sol
- Conhecer os cuidados a ter com as visitas
- Conhecer a importância da lavagem dos dentes para a criança operada

Terapêutica

- Saber quais os cuidados a ter com a medicação
- Saber como preparar e dar a medicação à criança
- Conhecer os possíveis efeitos secundários da medicação

Ferida Cirúrgica

- Saber que cuidados deverão ter em casa com a ferida
- Saber que cuidados deverá ter durante o banho
- Conhecer quais os sinais de alarme que a ferida pode apresentar

Os enfermeiros falarão convosco sobre tudo ao longo do internamento e todas as dúvidas deverão ser discutidas, o número de vezes que quiserem.

DÚVIDAS/ NOTAS:



VACINAÇÃO:

- ✓ Deve manter o Plano Nacional de Vacinação atualizado no Centro de Saúde. Salvo indicação em contrário, **a criança pode ser vacinada seis semanas após a cirurgia.**
- ✓ A vacinação contra o Vírus Sincicial Respiratório (VSR - principal responsável pelas infeções respiratórias nos primeiros dois anos de vida) é feita entre outubro e fevereiro. É recomendada prevenção para a maioria das crianças até aos 24 meses com cardiopatia congénita.



SINAIS E SINTOMAS DE COMPLICAÇÕES:

Caso apresente algum dos sinais ou sintomas abaixo descritos ou exista alguma situação que vos preocupe, deverão **ligar para o serviço de cardiologia pedátrica**, onde lhe daremos indicações de como proceder.

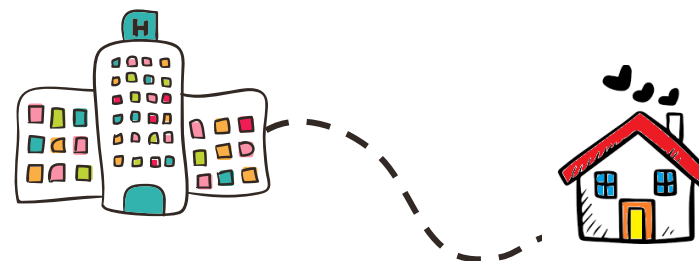
- ✓ Cansaço fácil;
- ✓ Sensação de falta de ar e dificuldade respiratória;
- ✓ Aparecimento, ou agravamento da cianose (coloração azulada da pele), principalmente nos lábios e unhas;
- ✓ Sensação de palpitações;
- ✓ Edemas (inchaço);
- ✓ Náuseas, ou vômitos persistentes;
- ✓ Febre (temperatura acima de 37,5°C);
- ✓ Aparecimento de maior vermelhidão, saída de pus ou inchaço da ferida cirúrgica



CUIDADOS À FERIDA CIRÚRGICA:

(a manter durante 1 mês)

- ✓ **Manter a ferida limpa e seca** (quando fica molhada facilita o crescimento de microorganismos e o aparecimento de uma infeção).
- ✓ **Não deve mexer diretamente com as mãos**, pois estas são portadoras de inúmeros microorganismos.
- ✓ No banho, **pode molhar** a ferida com água e sabão/ champô mas **não direcionar a água do chuveiro para ela** e deve **secá-la bem, sem esfregar**. Se utilizar a banheira para o banho, **não submergir na água a ferida** cirúrgica: opte por colocar menos água ou, se a criança for mais crescida, sentá-la com água até à cintura.
- ✓ **Não colocar creme ou desinfetante** na ferida.
- ✓ O processo de cicatrização provoca comichão. **Mantenha sempre a ferida protegida com roupa**, para evitar que a criança lhe mexa. Mantenha sempre as **unhas da crianças curtas e limpas**.
- ✓ **Utilize um babete**, para evitar que a ferida se suje/ molhe com alimentos.
- ✓ Deve **observar diariamente a ferida** para despistar sinais de infeção, como: dor, vermelhidão, calor, inchaço ou presença de algum líquido.
- ✓ Proteger a cicatriz do sol durante 1 ano.
- ✓ À data da alta, se ainda tiver agrafes ou pontos, ser-lhe-á dado um documento com as informações relativas à sua remoção.





TERAPÊUTICA:

- ✓ Assim que possível, será entregue uma folha com o esquema terapêutico (horário, dose e modo de preparação) da criança, será feito o ensino e dada a oportunidade de treinarem na presença do enfermeiro.
- ✓ Lembre-se que se sua criança regurgitar, cuspir ou vomitar a medicação, **NÃO tente administrá-la novamente** (seja uma dose parcial ou total) a menos que solicitado pelo médico.
- ✓ **Antes de um medicamento acabar ou terminar o prazo de validade**, verifique com antecedência as receitas e a disponibilidade dos medicamentos nas farmácias.
- ✓ Caso faça terapêutica anticoagulante, é essencial cumpri-la de forma rigorosa, e fazer o controlo do INR através de análises sanguíneas. Neste caso deve vigiar sinais de hemorragia: deitar sangue do nariz ou das gengivas, presença de sangue na urina e aparecimento de equimoses ou hematomas (nódoas negras). Caso faça alguma cirurgia ou exame invasivo, deve falar com o médico, pois poderá ter indicação para suspender esta medicação.



SEGURANÇA:

- ✓ A criança pode sair à rua mas é essencial **evitar locais fechados com multidões e as horas de maior calor**.
- ✓ Pode receber visitas em casa, desde que pessoas que não estão doentes. Todos devem lavar as mãos antes de entrarem em contacto com a criança.
- ✓ Deve ser mantida uma correta **lavagem dos dentes e visitas frequentes ao dentista** pois a presença de cáries dentárias é fator de risco para endocardite (infecção do coração).
- ✓ Deve cumprir as **consultas de vigilância pós-operatória**, assim como as **consultas regulares de saúde infantil** com o pediatra/ no Centro de Saúde.



ALIMENTAÇÃO:

- ✓ Adequada à idade e rica em frutas, legumes, cereais e gorduras de origem vegetal, **evitando gorduras de origem animal, alimentos açucarados e salgados**.
- ✓ Poderá **fazer a introdução de novos alimentos** de forma normal, salvo indicação médica em contrário.
- ✓ **Evitar excesso de peso**, pois está associado a um aumento do esforço cardíaco e maior tendência para a hipertensão arterial.



COMPORTAMENTO:

- ✓ Durante o internamento e no regresso a casa, a criança pode demonstrar mudanças no seu comportamento, que podem persistir durante cerca de 1 mês: exigir mais atenção, ficar mais quieta ou mais irritada, ou regredir para etapas anteriores do seu desenvolvimento.
- ✓ É essencial a **manutenção dos hábitos e rotinas diárias anteriores à cirurgia**.



ATIVIDADE FÍSICA/ BRINCADEIRA:

- ✓ O nível de atividade física deve ser retomado de forma gradual em função da **tolerância da criança e da sua situação clínica** ou doença.
- ✓ A criança poderá brincar, para o benefício do seu desenvolvimento. **Atividades como aprender a andar ou aprender a pôr-se em pé devem ser acompanhadas** durante o período de 1 mês após a cirurgia para evitar que a criança caia e bata com o peito.
- ✓ Atividades que envolvam **risco de queda** ou de embate na ferida cirúrgica, e **andar de triciclo** ou semelhante, **não podem ser realizadas** durante 1 mês após a cirurgia.