

JORNADA DE RECUPERAÇÃO PÓS-BARIÁTRICA: GUIA DIGITAL



1. NUTRIÇÃO E EVOLUÇÃO ALIMENTAR

01 Fase (1º - 20º dia)

Dieta líquida restrita, 20 ml a 50 ml/h
Dieta de líquidos claros: 50 ml/15min
Dieta líquida completa pt.1: 50 ml/15min
Dieta líquida completa pt.2: 50 ml a 100 ml/1h



02 Fase (21º - 35º dia)

Dieta líquida pastosa: 150 ml/2h
Dieta pastosa: 200 ml/3h



03 Fase (A partir 36º dia)

Dieta branda: 200 ml de alimentos líquidos ou
7 colheres de sopa de alimentos sólidos, de 3
em 3 horas.



2. CUIDADOS DIÁRIOS E MOBILIDADE



Higienização da Ferida

Realizar a higiene da lesão após o banho com água e sabão líquido neutro. Durante o dia, proceder à limpeza com soro fisiológico.



Prevenção de Trombose

Caminhadas fracionadas de 10 a 15 minutos por dia são essenciais para estimular a circulação e a recuperação.



Restrições Importantes

É proibido levantar pesos superiores a 5 kg e frequentar piscinas durante o período inicial de cicatrização.

3. MONITORAMENTO E SINAIS DE ALERTA



Quando buscar ajuda imediata?



Entre em contato urgente se apresentar febre acima de 38°C, vômitos que não param ou dores intensas.

Controle clínico constante



Monitore peso e glicemia regularmente.

Dúvidas?



Scaneie o QR code e acesse a cartilha do paciente pós-operatório de cirurgia bariátrica.

4. CENTRAL DE ATENDIMENTO ONLINE

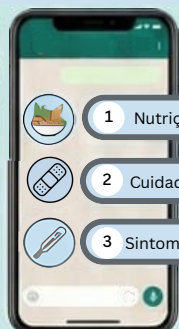
Acesso ao grupo "Pós-Bariátria HJB"



Após a alta, o paciente é incluído no grupo de WhatsApp (disponível das 8h às 18h) para triagem automatizada via Chatbot.

Menu de Triagem

Ao iniciar o contato, digite:



Utilize as opções numéricas para ser direcionado ao suporte adequado.

Fluxo de Resposta



Respostas Automáticas

Dúvidas simples recebem respostas automáticas.



Enfermagem

Casos moderados vão para a enfermagem.



Equipe Médica

Casos graves para a equipe médica.