

E-BOOK

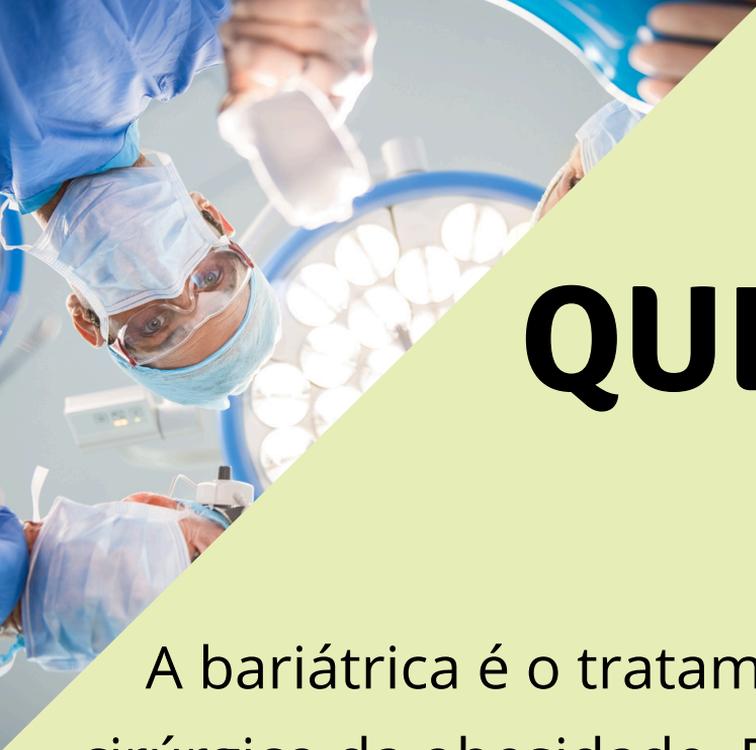


*Manual de
Nutrição em
Cirurgia
Bariátrica*



Dra. Carla Pinheiro

NUTRIÇÃO CLÍNICA



O QUE É?

A bariátrica é o tratamento cirúrgico da obesidade. Existem várias técnicas, desde a colocação de um balão dentro do estômago, até retirar parte dele, reduzindo a quantidade de alimento ingerido. Também são realizadas mudanças no intestino para que a absorção dos alimentos seja diminuída.



PARA QUEM É INDICADA?

Apenas para pacientes com obesidade grau 3 ($IMC > 40$) ou grau 2 ($IMC > 35$) com alguma comorbidade (doença associada a obesidade). Para saber o grau da obesidade, calcula-se o IMC (Índice de Massa Corporal), onde o peso é dividido pela altura ao quadrado. Todos devem ter acompanhamento de 2 anos sem sucesso na perda de peso.



QUE DOENÇAS SÃO ASSOCIADAS A OBESIDADE?

As principais são:

- Diabetes;
- Hipertensão arterial;
- Dislipidemias (alterações de colesterol e triglicérides);
- Doenças articulares;
- Apnéia do sono.



QUEM NÃO PODE FAZER?

- Dependentes químicos;
- Pessoas com menos de 16 anos e mais de 70 anos;
- Gestantes;
- Portadores de algumas doenças genéticas e alguns transtornos psiquiátricos;
- Pessoas em tratamento de câncer ou portadores de alguns tipos de tumores.



O QUE FAZER ANTES?

Após falha no tratamento clínico por 2 anos (dieta + exercícios + medicamentos sem sucesso), o paciente deve procurar um gastrocirurgião, que fará a avaliação e encaminhará aos outros profissionais (cardiologista, endocrinologista, nutricionista). É fundamental iniciar a reeducação alimentar e se familiarizar com a dieta do pós operatório, garantindo um resultado eficaz.



COMO FICA A DIETA DEPOIS?

No começo, a dieta é líquida, e depois vai evoluindo gradativamente de acordo com a aceitação do paciente. No primeiro ano, é interessante fechar um pacote de acompanhamento nutricional, para ter o apoio necessário na transição das dietas, que pode ser bem difícil. Assim também se evita que as deficiências nutricionais ocorram.



A DIETA É PARA SEMPRE?

Felizmente SIM. Os novos hábitos alimentares, mais saudáveis do que antes da cirurgia, devem ser mantidos por toda a vida. Assim se garante que o peso não será ganho novamente e que não vai faltar nenhum nutriente essencial na alimentação.



TENHO QUE TOMAR AS VITAMINAS?

Cada organismo é único. Por isso as necessidades de nutrientes são individuais. Para saber se as vitaminas são necessárias, o paciente deve fazer o acompanhamento nutricional periodicamente, avaliando os exames e prescrevendo de acordo com essa individualidade.



O QUE É DUMPING?

Essa síndrome acontece quando há a passagem rápida de açúcares ou gorduras do estômago para o intestino, causando hipoglicemia, tremores, sudorese, cansaço súbito, fraqueza e tontura. Seguir as recomendações dietéticas é fundamental para evitar a Síndrome de Dumping.



COMO SÃO AS CONSULTAS NUTRICIONAIS?

Antes da cirurgia, é realizada uma primeira consulta, para a avaliação pré operatória, liberação do laudo nutricional e orientações dietéticas. Depois da cirurgia, as consultas devem ser mensais nos 3 primeiros meses e depois a cada 2 meses, até completar 1 ano.



http://



carlapinheiro.com.br



Dra Carla Pinheiro



@dracarlapinheiro