

Jejum Antes da Cirurgia: O Que Você Pode Comer e Beber, e Por Que



Jejum antes da anestesia: nada de comer ou beber durante o tempo recomendado.

Kieran Hirpara © ⓘ 4.0

Esta página foi traduzida automaticamente e ainda não foi verificada por um médico. A **versão em inglês** é a versão oficial.

No dia da cirurgia, dois fatores são mais importantes para a sua segurança: o tipo de anestesia que você receberá e o quanto você segue rigorosamente as instruções de jejum que recebeu.

Por que pedimos que você jeje

A anestesia geral relaxa os músculos que normalmente impedem que o conteúdo do estômago suba pela garganta. Se o seu estômago estiver cheio, esse material pode entrar nos seus pulmões enquanto você está inconsciente, o que é grave. O jejum esvazia o estômago para que isso não aconteça.

As regras padrão são:

- **Sem alimentos ou leite por 6 horas** antes do seu horário de chegada agendado. Isso inclui balas, chicletes e chá ou café com leite.
- **Líquidos claros são permitidos até 2 horas antes:** água, chá preto, café preto, suco de maçã, xarope claro. Beba aos poucos, não de um gole grande.
- **Pare todos os líquidos claros 2 horas antes da chegada.**

Se você toma seus comprimidos habituais para pressão arterial ou epilepsia pela manhã, tome-os com um pequeno gole de água, a menos que o seu anestesiologista tenha dito o contrário. Medicamentos para diabetes e anticoagulantes são diferentes; siga as instruções escritas específicas que você recebeu.

Tipos de anestesia que utilizamos

A maioria das cirurgias do membro superior é realizada sob uma das três abordagens, por vezes combinadas:

- **Anestesia geral:** você fica completamente adormecido. O anestesista induz o sono através de um pequeno acesso venoso na parte de trás da sua mão e acompanha-o durante todo o procedimento.
- **Bloqueio regional:** anestésico local é injetado ao redor dos nervos no pescoço ou na axila, anestesiando todo o braço durante várias horas. Pode também receber sedação para dormir durante a cirurgia, mas não estará em ventilação mecânica.
- **Anestesia local:** pequenas operações (como a liberação do dedo em gatilho) podem frequentemente ser realizadas com a área anestesiada e você totalmente acordado, por vezes com sedação leve.

O seu anestesista discutirá as opções consigo no dia da cirurgia. A escolha depende da operação, do seu estado de saúde geral e das suas preferências.

O que esperar no dia

Deverá chegar 1–2 horas antes do seu horário de cirurgia agendado. Uma enfermeira irá verificar o seu jejum, colocar um acesso venoso e revisar o formulário de consentimento final. O anesthesiologista irá consultá-lo pessoalmente antes de você ser levado para a sala de cirurgia.

Após a cirurgia, você acordará na área de recuperação. Se recebeu um bloqueio regional, o braço ficará pesado e adormecido; isso é normal e dura 8–24 horas. **Proteja o braço adormecido:** mantenha-o na atadura, não se apoie nele e mantenha-o aquecido. A sensibilidade retorna gradualmente, frequentemente acompanhada de formigamento.

Náuseas, sonolência e dor de garganta (devido ao tubo de intubação) são comuns nas primeiras horas. Beba devagar, alimente-se levemente e descanse.

Em mais profundidade

Esta seção aprofunda a razão pela qual as regras são como são. Não é necessário seguir suas instruções de jejum, mas isso explica a fisiologia por trás delas.

POR QUE O ESTÔMAGO VAZIO É IMPORTANTE: O RISCO DE ASPIRAÇÃO

Quando você está acordado, os reflexos na parte superior do seu esôfago impedem que o conteúdo do estômago suba para a garganta e para a traqueia. Uma anestesia geral desliga esses reflexos. Se o estômago ainda contiver alimento ou líquido, ele pode voltar e transbordar para os pulmões, um problema chamado **aspiração**. O conteúdo gástrico é ácido, portanto, isso pode inflamar os pulmões e causar uma infecção grave no tórax. O jejum esvazia o estômago, de modo que há pouco conteúdo para ser regurgitado, e essa é a principal razão para as regras.

POR QUE SEIS HORAS PARA ALIMENTOS SÓLIDOS, MAS APENAS DUAS PARA LÍQUIDOS CLAROS

O estômago processa diferentes substâncias em velocidades distintas. Alimentos sólidos e bebidas lácteas são digeridos lentamente, exigindo cerca de **seis horas** para esvaziamento. **Líquidos claros**, como água, chá ou café preto e suco transparente, atravessam o estômago em poucas horas, razão pela qual pequenos goles de água são permitidos até **duas horas** antes da cirurgia. As diretrizes atuais incentivam ativamente o consumo de líquidos claros até esse ponto de duas horas, pois entrar em uma cirurgia bem hidratado é melhor do que permanecer desidratado por meio dia, e isso não aumenta o risco de aspiração.

COMO FUNCIONAM AS OPÇÕES DE ANESTESIA

Uma **anestesia geral** atua no cérebro para mantê-lo completamente inconsciente e sem consciência durante a cirurgia. Um **bloqueio regional** atua mais afastado, ao longo dos nervos: o anestésico local é aplicado ao redor do feixe de nervos que inerva o braço (no pescoço ou na axila), o que bloqueia temporariamente os sinais que trafegam por eles, fazendo com que o braço fique adormecido, pesado e livre de dor por muitas horas após o despertar. As duas técnicas são frequentemente combinadas, proporcionando uma anestesia suave e analgesia integrada durante o primeiro dia.

Ligue-nos se

- Não tiver certeza sobre os seus medicamentos na manhã da cirurgia
- Ficar doente (gripe, febre, gastroenterite) nos dias anteriores
- Comer ou beber acidentalmente dentro da janela de jejum; informe-nos no momento do check-in, não apenas espere que esteja tudo bem