

FACULDADE PERNAMBUCANA DE SAÚDE
PROGRAMA DE PÓS GRADUAÇÃO STRICTO SENSU
MESTRADO PROFISSIONAL EM PSICOLOGIA DA SAÚDE

MARTA BATISTA DE SOUZA NETA

MANUAL PARA PACIENTES E PROFISSIONAIS DE SAÚDE: REDES DE
APOIO, SUPORTE EMOCIONAL, CUIDADO E PREVENÇÃO AS
MULHERES QUE OBTIVERAM REGANHO DE PESO APÓS CIRURGIA
BARIÁTRICA

RECIFE

Abril/ 2020

Ficha Catalográfica

Preparada pela Faculdade Pernambucana de Saúde

S729m Souza Neta, Marta Batista de

Manual para pacientes e profissionais de saúde: redes de apoio, suporte emocional, cuidados e prevenção as mulheres que obtiveram reganho de peso após cirurgia bariátrica. / Marta Batista de Souza Neta, Rossana Carla Rameh-de Albuquerque. – Recife: Do Autor, 2020.

03 f.

Material didático e instrucional, 2020.

ISBN: 978-65-87018-24-9

1. Obesidade. 2. Cirurgia bariátrica. 3. Reganho de peso. 4. Fatores emocionais.
I. Albuquerque, Rossana Carla Rameh-de. II. Título.

CDU 613.25(035)

APRESENTAÇÃO

Este Manual Educacional é parte integrante da Dissertação de Mestrado intitulada **“CIRURGIA BARIÁTRICA: FATORES EMOCIONAIS QUE CONTRIBUEM PARA O REGANHO DE PESO”** apresentada ao Programa de Pós-Graduação *Stricto Sensu* Mestrado Profissional em Psicologia da Saúde, da Faculdade Pernambucana de Saúde – FPS.

Sabemos que em alguns casos o reganho de peso é gerado em sua essência pelos fatores emocionais comumente desencadeados pela ansiedade e depressão tendo como sinais comportamentais o consumo de álcool, o descontrole alimentar, dentre outros.

A obesidade é uma doença crônica não transmissível que ao longo dos anos está crescendo de maneira descontrolada, como um dos mais importantes problemas de saúde pública que o mundo enfrenta. Algumas mulheres que buscam a cirurgia bariátrica se auto-identificam comedoras emocionais, recorrendo à comida para conforto, alívio dos fatores emocionais. Assim, é importante compreender de que forma as emoções psicológicas e sociais estão relacionadas ao reganho de peso após o procedimento, ou seja, a cirurgia bariátrica.

A cirurgia bariátrica é um método que induz e mantém a perda de peso corporal, porém não é um método definitivo, sendo necessário o acompanhamento médico, nutricional e psicológico no pré-operatório e pós-operatório. Estudos demonstram altas taxas de reganho de peso após cerca de um e dois anos. Por esta razão, pensamos em desenvolver um material educativo para ajudar na compreensão dos fatores emocionais/psicológicos recorrentes no reganho de peso de mulheres que se submeteram à intervenção cirúrgica bariátrica.

Embora saibamos que a prática de exercício, alimentação e acompanhamento com a equipe multidisciplinar - médico, nutricionista e psicólogo - façam parte do estilo de vida saudável, é importante considerar nesse processo também os aspectos ambientais e comportamentais que podem interferir no reganho de peso.

Este Manual Educacional está dividido em três partes, com suas respectivas orientações e/ou informações:

1- Mapeamento de serviços disponíveis para acompanhamento psicológico pós cirurgia bariátrica:

- **Hospital das Clínicas UFPE**

Av. Prof. Moraes Rego, 1235 - Cidade Universitária, Recife - PE, 50670-90;

- **IMIP - Rua dos Coelhos | 300 Boa Vista - Recife - PE - Brasil | CEP 50070-902;**

- **PLANOS DE SAÚDE: HAPVIDA, UNIMED, AMIL, CASSI...**

2- Listagem de alguns sites e vídeos de boas práticas que podem ser complementares para a informação mais ampla para a prevenção do reganho de peso:

- **Bariátrica não faz milagre! Reganho de peso após bariátrica**

Disponível em: <https://www.youtube.com/watch?v=jQglfg9dJ1Y>

- **Reganho de Peso e maldito Efeito Platô!**

Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=4RrILm_4FpY

- **Motivação e prevenção contra o reganho de peso – Grupo ...**

Disponível em: <https://gastrobese.com.br/motivacao-e-prevencao-contra-o-reganho-de-peso-grupo-equilibre-se/>

- **Reganho de peso após cirurgia Bariátrica, o que fazer? - Abeso**

Disponível em: <https://abeso.org.br/reganho-de-peso-apos-cirurgia-bariatrica-o-que-fazer/>

- **Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica obesidade – Caderno de Atenção Básica nº 38**

Disponível em:

http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_doenca_cronica_obesidade_cab38.pdf

3 - Folder produzido a partir da escuta das pacientes entrevistadas em nossa pesquisa de Mestrado – melhor visualização em anexo).

RegandoDePeso-Folder-Mestrado-MartaBatista.pdf - Adobe Acrobat Reader DC

Arquivo Editar Visualizar Janela Ajuda

Início Ferramentas RegandoDePeso-Fo... x

1 / 2 46.7%

Fazer login Compartilhar

RegandoDePeso-Folder-Mestrado-MartaBatista.pdf

Como evitar o peso após a cirurgia bariátrica

REGANHO DE PESO
COMO EVITÁ-LO APÓS A CIRURGIA BARIÁTRICA

Rosanna Carla Romah de Albuquerque
Orientadora

Marta Batista de Souza Neto
Discente Mestrado

Após esse período, os alimentos sólidos podem voltar a ser introduzidos pouco a pouco, mas a alimentação gradual só é válida se o paciente estiver bem nutrido e com o peso estabilizado. Portanto, é importante que cada paciente apresente uma prescrição cirúrgica, com orientações de acompanhamento nutricional, para garantir que o tempo de adaptação é muito importante porque garante que o paciente não tenha problemas de saúde e que o peso não volte a aumentar. Portanto, é importante que cada paciente apresente uma prescrição cirúrgica, com orientações de acompanhamento nutricional, para garantir que o tempo de adaptação é muito importante porque garante que o paciente não tenha problemas de saúde e que o peso não volte a aumentar.

Este documento deve ser lido no período pós-operatório, e deve ser lido em conjunto com o livro de bolso que acompanha este manual. Este documento deve ser lido no período pós-operatório, e deve ser lido em conjunto com o livro de bolso que acompanha este manual.

Este documento deve ser lido no período pós-operatório, e deve ser lido em conjunto com o livro de bolso que acompanha este manual.

RegandoDePeso-Folder-Mestrado-MartaBatista.pdf - Adobe Acrobat Reader DC

Arquivo Editar Visualizar Janela Ajuda

Início Ferramentas RegandoDePeso-Fo... x

2 / 2 46.7%

Fazer login Compartilhar

RegandoDePeso-Folder-Mestrado-MartaBatista.pdf

1 OBTENHA SUPORTE NO PÓS-OPERATÓRIO

Como élio, sabemos que o tempo necessário de repouso após a cirurgia bariátrica, o acompanhamento com o nutricionista e a adesão ao tratamento, bem como a adesão ao tratamento, são fatores importantes para garantir que o tempo de adaptação é muito importante porque garante que o paciente não tenha problemas de saúde e que o peso não volte a aumentar.

2 TÁTICAS PARA TRATAR A OBESIDADE

Após a cirurgia, o paciente deve seguir as orientações do nutricionista e do médico para garantir que o tempo de adaptação é muito importante porque garante que o paciente não tenha problemas de saúde e que o peso não volte a aumentar.

3 REFORMULE SUA RELAÇÃO COM A COMIDA

Após a cirurgia, o paciente deve seguir as orientações do nutricionista e do médico para garantir que o tempo de adaptação é muito importante porque garante que o paciente não tenha problemas de saúde e que o peso não volte a aumentar.

4 ORGANIZE SUA ROTINA ALIMENTAR

Após a cirurgia, o paciente deve seguir as orientações do nutricionista e do médico para garantir que o tempo de adaptação é muito importante porque garante que o paciente não tenha problemas de saúde e que o peso não volte a aumentar.

5 TOME GOSTO PELOS EXERCÍCIOS FÍSICOS

Após a cirurgia, o paciente deve seguir as orientações do nutricionista e do médico para garantir que o tempo de adaptação é muito importante porque garante que o paciente não tenha problemas de saúde e que o peso não volte a aumentar.

DICAS EXTRA PARA PROLONGAR A SUA FELICIDADE!

1. Se coloque em primeiro lugar, antes de sair de casa, e faça exercícios regularmente. Isso ajuda a manter o peso e a melhorar a saúde mental e física.
2. Não se esqueça de fazer pausas para descansar e se alimentar regularmente. Comer não é apenas uma necessidade, é uma forma de prazer.
3. Não se esqueça de fazer pausas para descansar e se alimentar regularmente. Comer não é apenas uma necessidade, é uma forma de prazer.
4. Não se esqueça de fazer pausas para descansar e se alimentar regularmente. Comer não é apenas uma necessidade, é uma forma de prazer.
5. Não se esqueça de fazer pausas para descansar e se alimentar regularmente. Comer não é apenas uma necessidade, é uma forma de prazer.

Dessa forma, espera-se com esse Manual informar através da leitura e reflexão acerca da importância da dimensão da comunicação no suporte aos familiares e pacientes que sofrem com as consequências do reganho de peso após cirurgia bariátrica e que vivenciam dificuldades ao longo do tratamento.