

## 800 - RELATO DE EXPERIÊNCIA NA APLICAÇÃO DO PROGRAMA ME+ RECOVERY EM AMBULATÓRIO DE ESTOMATERAPIA NA CIDADE DE SÃO PAULO.

**Tipo:** POSTER

**Autores:** CAROLINE GARCIA DE FIGUEIREDO (PREVENT SENIOR)

**Introdução:** O ambulatório de cuidados com a pele é um ambulatório especializado em tratamento de feridas e estomias que faz parte de uma instituição privada da região de São Paulo. Nos casos de cirurgia eletiva o paciente é acolhido e orientado pela equipe multidisciplinar, de forma online, possibilitando o primeiro contato com a sua nova realidade pós cirúrgica. Após é encaminhado para a consulta presencial no ambulatório cuidados com a pele para orientações clínicas e possíveis dúvidas, apresentação de equipamentos coletores e a demarcação pré operatória. O me+™ Recovery é um programa exclusivo de treinamento baseado em evidências, desenvolvido para aumentar as habilidades e conhecimentos dos profissionais de saúde, especificamente sobre atividade física, reabilitação e exercícios abdominais para pessoas que fizeram ou farão cirurgia de confecção de estomia de eliminação. **Objetivo:** Expor relato de experiência sobre a participação na implementação do programa me+Recovery no Brasil. **Método:** Trata-se de relato de experiência de duas enfermeiras estomaterapeutas que atuam no ambulatório especializado na cidade de São Paulo, sobre a participação na Implementação do Programa me+™ Recovery Brasil, no período de outubro de 2022 a maio de 2023. Após a realização do treinamento, a implementação das técnicas aprendidas iniciou-se com 20 pacientes oncológicos selecionados no momento pré-operatórios durante consulta ambulatorial de demarcação. Foram utilizados guias e vídeos instrutivos disponibilizado pelo programa que incluem um conjunto de exercícios simples tais como a técnica de respiração, maneira adequada de levantar da cama e pega do peso, levantar-se e mover-se com segurança e fortalecimento do assoalho pélvico e músculos abdominais, complementando as orientações já passadas de estímulo precoce à deambulação. Os selecionados foram orientados conforme as diretrizes do programa e, de acordo com a condição clínica do paciente e aceitação das orientações. **Resultados:** O programa contribuiu nas orientações aos pacientes sobre exercícios de preparação pré e pós-cirúrgicos com o objetivo alcançar o processo de reabilitação precocemente como: retornar às atividades normais, trabalho e vida; reconstruir a confiança - física e mental; fortalecer musculatura central e funções do assoalho pélvico; ser empoderado nos aspectos positivos; aumentar os níveis de atividade física; aprender exercícios restauradores para reduzir o risco de hérnia periestomia.

Devido a ansiedade acerca do próprio procedimento cirúrgico, alguns pacientes não tiveram a absorção adequada das orientações quando realizadas na consulta pré operatória, porém observou-se que a grande maioria dos pacientes no retorno à consulta pós cirúrgica, já se sentiam mais seguros e confortáveis com a estomia e com o retorno às suas atividades básicas de vida diária. **Conclusão:** Os exercícios e as orientações apresentados pelo me+™ Recovery e a aceitação do paciente e familiar, visto que, o público em sua maioria é idoso, pode favorecer uma reabilitação precoce, evitando possíveis complicações, e assim, proporcionar uma melhor qualidade de vida, fazendo a diferença na vida do paciente.