Centro Cirúrgico

O essencial para o seu primeiro dia no bloco.

1 · ANTES DE ENTRAR

- [ ] Autorização do preceptor; cheguei 20–30 min antes; comi e me hidratei
- [ ] Sem anel, aliança, relógio, pulseira, brinco, colar ou piercing exposto
- [ ] Unhas curtas, sem esmalte; pele das mãos íntegra; cabelo preso
- [ ] Pijama privativo (blusa por dentro) · calçado fechado exclusivo do bloco
- [ ] Gorro cobrindo cabelo, orelhas e nuca · máscara do nariz ao queixo
- [ ] Celular guardado e silencioso · crachá preso, sem cordão solto
- [ ] Perguntei: “onde devo ficar?” e “vou observar ou me paramentar?”

2 · PREPARO CIRÚRGICO DAS MÃOS — EM GERAL 2 A 5 MIN (SIGA O POP)

Clorexidina degermante 2% ou PVPI degermante 10%. Sempre mão → cotovelo, mãos acima dos cotovelos. 5 repetições de cada movimento, nos dois braços.

1. Remoção de adornos
2. Lavagem de mãos e antebraços com degermante
3. Unhas — limpador de unhas; **sem escova na pele**
4. Palma com palma
5. Dorso das mãos — dos dois lados
6. Espaços interdigitais, dedos entrelaçados
7. Polegares, movimento circular
8. Pontas dos dedos e unhas na palma oposta
9. Punhos, movimento circular
10. Antebraços até os **cotovelos**, sem retornar
11. Enxágue mão → cotovelo, mãos elevadas
12. Secagem com toalha estéril, uma face por braço

3 · A ORDEM, DO VESTIÁRIO À LUVA

pijama → calçado → gorro → máscara → preparo das mãos → avental → luvas

ESTÉRIL NO AVENTAL

- Frente, do tórax até a cintura
- Mangas, do terço médio do braço ao punho

NÃO ESTÉRIL

- Decote, ombros, pescoço, axilas e costas
- Tudo abaixo da cintura
- Campo que pende abaixo da mesa

A FRASE QUE RESOLVE QUASE TUDO

Estéril só toca estéril. Na dúvida, está contaminado.

Dentro da sala

Comportamento, técnica asséptica e o que fazer quando dá errado.

4 · OS DEZ PRINCÍPIOS DA TÉCNICA ASSÉPTICA

1. Estéril só entra em contato com estéril
2. Só quem está paramentado manipula o campo
3. É estéril só a parte do avental que você vê
4. Só a superfície superior da mesa é estéril
5. Umidade contamina: campo molhado é campo contaminado
6. As bordas não são estéreis — margem de 2,5 cm
7. Caiu abaixo do campo, acabou: não se recolhe
8. O campo nunca fica sozinho nem fora de vista; não vire as costas
9. Paramentado passa de frente para frente; não paramentado, a ≥ 30 cm e de frente
10. Menos movimento, menos conversa, portas fechadas

5 · SE CONTAMINOU

1. **PARE** o movimento onde está
2. **AFASTE-SE**, mãos paradas à frente
3. **AVISE**: "contaminei a luva direita"
4. **TROQUE** o que estiver comprometido
5. **RETOME** sem se justificar

6 · SE FUROU OU RESPINGOU

1. Lave com água e sabão (mucosa: água ou soro). **Sem espremer, sem álcool**
2. Avise na hora e afaste-se do campo
3. Serviço de referência em **até 2 h** (PEP HIV: limite 72 h)
4. Registre e notifique; faça o seguimento

7 · SE VOCÊ COMEÇAR A PASSAR MAL

Calor, náusea, zumbido, visão escurecendo: diga **"vou me afastar"**, saia do campo e **agache ou sente no chão**, longe da mesa. Não resista de pé nem se apoie em quem está paramentado.

8 · DEZ NÚMEROS PARA NÃO ESQUECER

40–60 s	Higienização simples das mãos
20–30 s	Fricção com preparação alcoólica
2–5 min	Preparo cirúrgico das mãos (siga o POP)
≥ 36 °C	Normotermia intraoperatória
60 min	Antibiótico antes da incisão (120 para vanco)
30 cm	Distância do campo, sem paramentar
2,5 cm	Margem não estéril das bordas
30 dias	Vigilância de ISC (até 90 com implante)
2 h	Meta de atendimento após acidente — vá já
72 h	Limite da profilaxia pós-exposição (HIV)

FRASES QUE FUNCIONAM

- "Posso perguntar antes de fazer?"
- "Contaminei a minha luva."
- "Passando atrás."

NUNCA, JAMAIS

- Foto, vídeo ou transmissão
- Falar na indução ou no *time out*
- Comentar achados com o paciente acordado