



Guia Prático: Vivendo com seu Dispositivo Cardíaco

Orientações completas para Marca-passo, CDI e Ressincronizador (TRC)

Entendendo o seu Dispositivo

Os dispositivos cardíacos eletrônicos implantáveis (DCEI) são pequenos computadores colocados sob a pele, geralmente abaixo da clavícula, conectados ao coração por fios (eletrodos). Existem diferentes tipos:

Tipo de Dispositivo	Como Funciona e Para Que Serve
Marca-passo Convencional	Funciona como um "maestro". Monitora o coração e envia pequenos impulsos elétricos imperceptíveis apenas quando os batimentos estão muito lentos ou irregulares.
CDI (Desfibrilador)	Além de funcionar como marca-passo, atua como um "paramédico interno". Se detectar uma arritmia grave que ameaça a vida, aplica um choque para restaurar o ritmo normal.
Ressincronizador (TRC)	Usado na Insuficiência Cardíaca. Envia impulsos para os dois lados do coração para que batam juntos, de forma sincronizada, melhorando a força de bombeamento.
MP Fisiológico	Técnica moderna (estimulação do feixe de His ou ramo esquerdo) que usa as "vias elétricas naturais" do coração, resultando em batimento mais natural e eficiente.
MP Leadless (sem fio)	Versão miniaturizada (cápsula) implantada diretamente dentro do coração via virilha, sem fios externos. Indicado em casos selecionados. Sem restrição de braço no pós.

Bateria: Dura em média **10 a 15 anos** (marca-passos) ou **5 a 10 anos** (CDIs e TRCs). O aparelho avisa o médico **3 a 6 meses antes** do esgotamento — a troca é agendada sem urgência, substituindo apenas o gerador (bateria).

Preparo Pré-Operatório

O que fazer ANTES do procedimento

- **Jejum:** Geralmente 6 a 8 horas (siga a orientação da equipe).
- **O que levar:** Todos os exames recentes (sangue, Holter, Eco, ECG) e a lista atualizada de seus medicamentos.
- **Acompanhante:** É obrigatório ter um adulto responsável para a alta.
- **Higiene:** Tome banho com sabonete neutro. **Não raspe os pelos do peito em casa** (a tricotomia será feita no hospital).

Atenção às Medicações

- **Varfarina (Marevan®):** Geralmente **mantida** durante o procedimento se INR < 3,0. Estudos mostram que **NÃO suspender é mais seguro** do que substituir por heparina injetável (estudo BRUISE-CONTROL).
- **Novos Anticoagulantes** (Xarelto®, Eliquis®, Pradaxa®, Lixiana®): Geralmente suspensos **24 a 48 horas antes**.
- **AAS (Aspirina®):** Geralmente é **mantido**.
- **Sempre consulte seu cardiologista** sobre quais remédios tomar no dia do exame.

Função Renal e Contraste

Durante o implante, o médico pode usar contraste iodado para visualizar a anatomia. O contraste é eliminado pelos rins.

- **Hidratação:** Beba bastante água no dia anterior e após a alta para ajudar a "lavar" o contraste dos rins.
- **Atenção:** Se você tem IC ou DRC avançada, siga a restrição de líquidos orientada pelo seu médico.

Viagens e Aeroportos

- **Avião:** Totalmente seguro. Ao passar pela segurança, mostre o cartão do dispositivo e solicite revista manual. Se precisar passar pelo detector, caminhe sem parar.
- **Body scanners (ondas milimétricas):** São totalmente seguros para qualquer dispositivo cardíaco moderno.
- **Leve sempre:** Cartão do dispositivo, relatório médico recente e lista de medicações.

Cuidados Pós-Operatórios (Primeiras Semanas)

O sucesso do implante depende dos seus cuidados nas primeiras semanas, tempo necessário para que os fios (eletrodos) se fixem firmemente no coração.

Restrições de Movimento (Lado do Dispositivo) — 4 a 6 semanas:

- **NÃO levante o braço** do lado do implante acima da altura do ombro.
- **NÃO faça movimentos bruscos**, repetitivos ou amplos com esse braço (ex: varrer, nadar, jogar tênis, estender roupa no varal).
- **NÃO levante peso** maior que 2 a 5 kg com esse braço.
- **NÃO durma sobre o lado do dispositivo** nas primeiras semanas. Durma de barriga para cima ou sobre o lado oposto.
- **Movimentos suaves do braço (até a altura do ombro) são incentivados desde o início** para prevenir capsulite adesiva ("ombro congelado").

Cuidados com a Ferida (Incisão)

- **Banho:** Geralmente liberado após **24-72 horas** com curativo impermeável (tipo Tegaderm). Após retirada do curativo, banho normal de chuveiro com água morna, sabonete neutro, sem esfregar.
- **O que NÃO fazer:** Não use cremes, pomadas ou álcool. Não tome banho de imersão (banheira, piscina, mar) por 4 a 6 semanas.
- **Curativo:** Siga a orientação da alta. Muitas vezes usa-se cola cirúrgica que cai sozinha. Os pontos (se houver) são retirados em 10 a 14 dias.

Sinais de Alarme — Contate a equipe ou vá ao PS:

- Vermelhidão intensa, calor ou saída de pus pela ferida.
- Inchaço que aumenta progressivamente no local do implante.
- Febre persistente acima de 38°C ou calafrios.
- Tontura, desmaio ou sensação de que o coração está muito lento.
- Contrações musculares rítmicas no peito ou no abdome.

Acompanhamento e Cartão do Dispositivo

- **Cartão de Identificação:** Você receberá um cartão provisório na alta e um definitivo pelo correio. **Ande sempre com ele na carteira.**
- **1ª revisão:** 10-15 dias após implante (verificar ferida, programação inicial).
- **2ª revisão:** 4-6 semanas (ajuste fino da programação).
- **Avaliações de rotina:** a cada 6 meses (telemetria) — verificar bateria, eletrodos, eventos arrítmicos.
- **Monitoramento remoto** (se disponível): substitui parte das consultas presenciais; o paciente é alertado por alarmes do sistema.





Retorno às Atividades do Dia a Dia

- **Caminhada e Escadas:** Liberadas desde o primeiro dia em casa. Comece devagar e aumente gradativamente.
- **Dirigir Veículos:**
 - **Marca-passo:** Geralmente liberado após 1 a 2 semanas.
 - **CDI — Prevenção primária** (sem arritmia prévia): aguardar **1 mês** sem eventos.
 - **CDI — Prevenção secundária** (após arritmia grave): proibido dirigir por **6 meses** após o último evento.
 - **Após qualquer choque apropriado:** nova restrição de **6 meses**.
 - **Direção profissional** (motorista, taxista, ônibus): geralmente contraindicada — consulte o DETRAN e seu arritmologista.
- **Atividade Sexual:** Geralmente segura após 2 a 4 semanas. Evite posições que coloquem peso sobre os braços ou o peito.
- **Trabalho:** Atividades de escritório em 1-2 semanas. Trabalho braçal pesado após 4-6 semanas e liberação médica.

Atenção Especial: Pacientes com CDI

O CDI monitora seu coração 24h por dia. Se ocorrer uma arritmia perigosa, ele pode aplicar um choque (sensação de um "soco no peito").

O que fazer se receber um choque do CDI?

- **1 choque isolado e você se sente bem:** Fique calmo, sente-se e ligue para seu médico em horário comercial.
- **2 ou mais choques em 24h:** Vá imediatamente ao Pronto-Socorro.
- **Choque acompanhado de mal-estar, dor no peito ou falta de ar:** Chame o SAMU (192) ou vá ao PS.
- **Choque apropriado vs inapropriado:** o CDI pode aplicar choque mesmo sem necessidade real (ex: por interferência ou ritmo errado). Se ocorrer com frequência, seu arritmologista ajustará a programação.

Atividade sexual com CDI: Totalmente permitida após cicatrização (2-4 semanas). O CDI não dispara por excitação sexual normal. Se receber um choque durante a relação: pare a atividade; o parceiro pode sentir um leve formigamento, **sem qualquer risco**; se for choque isolado e você se sentir bem, ligue para seu médico; se receber 2 ou mais choques, vá ao PS. A frequência cardíaca de pico durante atividade sexual raramente excede 130 bpm, abaixo do limiar de detecção do CDI.

Uso de Ímã: Um ímã forte colocado sobre o CDI desativa temporariamente a função de **choque** (a função de marca-passo continua). Sobre um **marca-passo**, coloca o aparelho em frequência fixa. Esses efeitos são reversíveis ao retirar o ímã. **NUNCA faça isso em casa sem orientação médica expressa.**

Atenção Especial: Ressincronizador (TRC)

- **Melhora gradual:** A melhora da IC pode levar semanas a meses. Não desanime se não sentir diferença imediata.
- **Soluços:** Geralmente resolvidos com **reprogramação ambulatorial** (ajuste da intensidade do estímulo). Em casos raros, pode ser necessária reposição do eletrodo.
- **Medicações:** Continue tomando todos os remédios para IC mesmo que se sinta melhor. O dispositivo trabalha junto com as medicações.

Uma vida normal e protegida

O dispositivo foi colocado para proteger você e melhorar sua qualidade de vida. Após o período de cicatrização, você poderá viajar, praticar esportes e viver plenamente. **Você está no controle da sua nova vida — o dispositivo é apenas um aliado silencioso, trabalhando 24h por você.**

Prevenção de Infecção do Dispositivo

Pacientes com marca-passo/CDI/TRC têm risco aumentado de infecção do gerador ou dos eletrodos por bactérias da circulação. Para prevenir:

- **Higiene bucal rigorosa** (escovação 2x/dia, fio dental diário, visitas regulares ao dentista).
- **Profilaxia antibiótica antes de procedimentos odontológicos invasivos** se você tem outros fatores de risco (válvula protética, endocardite prévia, cardiopatia congênita) — converse com seu cardiologista.
- **Sempre informe que tem dispositivo cardíaco** antes de qualquer cirurgia, procedimento dentário invasivo ou uso de cateteres venosos.
- **Procure atendimento imediato** se notar vermelhidão, calor, inchaço ou pus no local do gerador, mesmo meses ou anos após o implante.

Interferências Eletromagnéticas (EMI)

Totalmente SEGUROS (uso normal):

Micro-ondas, TV, rádio, computador, tablet, controle remoto, videogame, secador de cabelo, barbeador elétrico, eletrodomésticos em geral, roteadores Wi-Fi, Bluetooth, drones recreativos, robôs aspiradores.

CUIDADO (Mantenha Distância):

- **Celular:** Mantenha pelo menos **15 cm de distância** do dispositivo, especialmente celulares com ímãs MagSafe (iPhone 12+), AirPods e Apple Watch — esses ímãs podem desativar temporariamente a função de choque do CDI ou alterar a programação. **NÃO guarde o celular no bolso da camisa** sobre o aparelho. Use no ouvido do lado oposto.
- **Fones de ouvido:** Contêm ímãs. Não deixe pendurados no pescoço sobre o peito.
- **Sistemas antifurto (lojas):** Passe caminhando normalmente pelo meio, não pare encostado nas antenas.
- **Detectores de metal fixos** (portais de aeroportos, bancos): seguros se atravessar caminhando normalmente, sem parar. **Detectores de mão (raquetes):** peça revista manual; se inevitável, não permita que a raquete fique parada sobre o peito por mais de 30 segundos.

PROIBIDOS ou Exigem Preparo Médico:

- **Ressonância Magnética (RNM):** A maioria dos aparelhos modernos é "**MR-Conditional**". **SEMPRE** vá ao arritmologista **ANTES** do exame para programar o aparelho em modo seguro, e retorne **DEPOIS** para voltar à programação normal. **Aparelhos mais antigos** podem realizar RNM em centros especializados, sob protocolo específico — converse com seu arritmologista.
- **Cirurgias com Bisturi Elétrico (Eletrocautério):** O cirurgião deve ser avisado. O aparelho precisará ser reprogramado ou protegido com um ímã durante a cirurgia.
- **Fisioterapia — cuidados: Proibidos:** diatermia (ondas curtas, micro-ondas terapêuticas), TENS e eletroestimulação (EMS) próximo ao dispositivo. **Permitidos:** ultrassom terapêutico (longe do peito do lado do dispositivo), laserterapia, calor superficial. **Massagem:** permitida, evitar pressão direta sobre o gerador. **Quiropraxia:** avise o profissional.

Esportes, Estética e Vacinação

- **Esportes — Permitidos sem restrições:** caminhada, hidroginástica, dança, ciclismo recreativo, golfe. **Com cautela:** natação, corrida, musculação leve (evitar exercícios que mobilizem repetidamente o ombro do lado do dispositivo). **Esportes de contato** (futebol, basquete, lutas): risco de impacto sobre o gerador — discuta com seu arritmologista. **Mergulho:** geralmente contraindicado acima de 10 metros. **Tiro esportivo:** evitar apoio da coronha sobre o lado do dispositivo.
- **Reabilitação Cardíaca:** Para pacientes com CDI ou TRC (especialmente com IC), é **fortemente recomendada** — reduz hospitalizações e melhora função ventricular.
- **Procedimentos estéticos: Permitidos:** depilação a cera (longe do gerador), tinturas de cabelo, massagens leves. **Cuidado:** depilação a laser e radiofrequência estética (manter 15 cm do gerador). **Evitar:** ultrassom estético sobre o peito do lado do dispositivo, eletroacupuntura próxima ao gerador, tatuagens e piercings no peito do lado do dispositivo.
- **Vacinação:** Mantenha em dia influenza (anual), pneumocócica, COVID-19 (com reforços), dTpa (a cada 10 anos) e herpes-zóster (≥50 anos). Infecções respiratórias podem precipitar bacteremia e infecção do dispositivo.

