

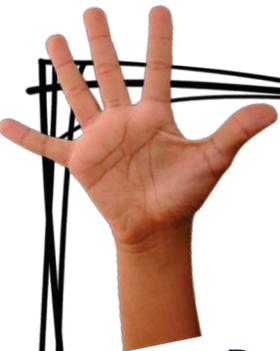
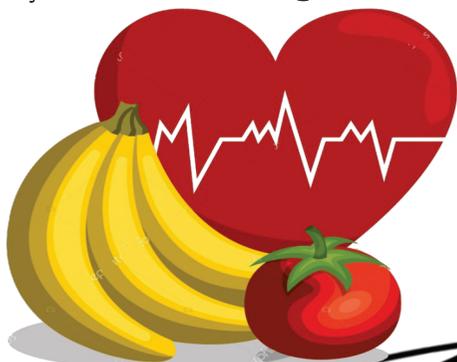


**PRATIQUE  
ATIVIDADE  
FÍSICA E SE  
ALIMENTE DE  
MANEIRA  
SAUDÁVEL.**

Tenha uma alimentação saudável: **mais vezes, menos quantidade; evite gorduras, evite o excesso de sal.** coma mais à base de legumes, carnes brancas ou magras, frutas e verduras.

**Pratique atividade física.**

Converse com seu médico sobre as melhores opções. O exercício físico regular protege o seu coração, ajudar a controlar o peso, a pressão, o açúcar e a gordura no sangue, além de **produzir** sensação de **bem-estar geral.**



**DIGA NÃO AO  
CIGARRO!**

**Deixe de fumar. O cigarro aumenta o risco de um novo infarto e pode prejudicar o resultado de intervenções como Stent coronariano, ponte de safena e mamária. Se você não fuma, incentive familiares e amigos a deixar de fumar.**



**QUALQUER DÚVIDA, ANTES  
DE IR PRA CASA, PODE  
PERGUNTAR PRA GENTE!  
ESTE HOSPITAL SEGUE AS BOAS  
PRÁTICAS CLÍNICAS EM CARDIOLOGIA**



**ORIENTAÇÕES GERAIS  
PARA A ALTA HOSPITALAR**

*Infarto Agudo do Miocárdio*

# 5 dicas importantes



**GUARDE OS DOCUMENTOS DA ALTA E MARQUE A CONSULTA DE RETORNO**

Quando você estiver de alta hospitalar, você vai receber uma **receita** de medicação, um **sumário (resumo) de alta** e, algumas vezes, **cópia de algum exame realizado**. Na sua casa, **guarde esses papéis** em uma pasta. E quando voltar à consulta no ambulatório, traga-os **para mostrar para o médico** que o atenderá. Isto facilitará a continuidade do seu tratamento.



Você receberá também, no momento da alta, uma guia de marcação de consulta. Com ela, na recepção do ambulatório do hospital, você, ou um familiar seu, deverá **marcar a 1ª consulta de retorno**. **Antes de sair do hospital**, essa consulta já deve estar marcada. Isto representa maior garantia para o cuidado com a sua saúde.

# para sua alta



**TOME AS MEDICAÇÕES CONFORME A RECEITA MÉDICA**

Os remédios que o seu médico passou na receita são muito importantes para que você continue se recuperando em casa. Você deve **tomar as medicações nos horários estipulados**. As que forem de **uso contínuo** você deve **continuar tomando, mesmo que já esteja se sentindo bem**. Pois elas ajudam a controlar a sua pressão, fortalecer e proteger o seu coração e evitar que você precise internar novamente.



# que cabem na sua mão.



**OBSERVE OS SINAIS E SINTOMAS**

Se sentir um ou mais dos sintomas a seguir - **dor no peito, falta de ar, palpitação, suor frio e mal estar geral, sensação de desmaio** - procure o mais rápido possível atendimento médico, em uma **unidade de pronto atendimento** perto da sua casa ou no **Pronto Socorro deste hospital**.

