



## A IMPORTÂNCIA DO ESTADO NUTRICIONAL ADEQUADO NA RECUPERAÇÃO PÓS-CIRÚRGICA

Kimberly Franciéle Wiebeling; Alvina Soeiro Amaral Maciel;  
Fabiana Assmann Poll; Carolina Testa Antunes

**Introdução:** O estado nutricional é um dos fatores determinantes para o desfecho de pacientes submetidos a procedimentos cirúrgicos. Evidências apontam que a desnutrição, presente em 24 a 65% dos indivíduos hospitalizados em contexto cirúrgico, está associada a maior tempo de internação, aumento das complicações, maior risco de mortalidade e necessidade de readmissão hospitalar. Por outro lado, a manutenção de um aporte nutricional adequado é reconhecida como componente essencial dos protocolos de recuperação pós cirurgia, os quais buscam reduzir o estresse fisiológico e acelerar a retomada da funcionalidade. Assim, compreender a relevância da nutrição antes e após as intervenções cirúrgicas é fundamental para a prática clínica e para o planejamento de estratégias terapêuticas mais eficazes. **Objetivo:** Analisar a importância do estado nutricional adequado na recuperação de pacientes submetidos a cirurgias, destacando o manejo nutricional e a oferta de nutrientes sobre os resultados pós-operatórios. **Método:** Trata-se de uma revisão narrativa da literatura. A busca foi realizada nas bases de dados PubMed, Biblioteca Virtual em Saúde e LILACS. Os descritores utilizados foram: “Nutritional Status”, “Enhanced Recovery After Surgery” e “Malnutrition”. **Resultados:** Os achados demonstram que a desnutrição influencia negativamente os desfechos pós-operatórios, prolongando a internação e aumentando complicações infecciosas, atraso na cicatrização e perda de massa muscular. A introdução de estratégias nutricionais pré-operatórias adequadas, especialmente com aporte energético e proteico, mostrou-se eficaz em reduzir a resposta ao estresse cirúrgico e mitigar perdas funcionais. A ingestão de carboidratos auxilia no fornecimento de energia frente às demandas metabólicas elevadas, enquanto o consumo adequado de



proteínas promove reparo tecidual, preservação da massa magra e melhor resposta imunológica. Apesar de avanços nas recomendações sobre jejum e introdução precoce de dieta no pós-operatório, ainda há lacunas quanto à definição da quantidade e composição ideal de nutrientes no período perioperatório. **Conclusão:** O estado nutricional adequado é um forte preditor da recuperação cirúrgica e deve ser considerado parte integrante do cuidado multidisciplinar. A triagem precoce, a prevenção da desnutrição e a adequação da oferta de energia e proteínas são estratégias fundamentais para reduzir complicações e favorecer a alta hospitalar precoce. Ainda que haja avanços nas práticas de suporte nutricional no contexto cirúrgico, a padronização de recomendações específicas representa um desafio para pesquisas futuras.