

Guia do cuidador de pacientes acamados

Orientações aos pacientes



© 2010 Ministério da Saúde.

É permitida a reprodução total ou parcial desta obra, desde que citada a fonte.
Esta obra pode ser acessada, na íntegra, na Área Temática Controle de Câncer da Biblioteca Virtual em Saúde - BVS/MS (http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/controle_cancer) e no Portal do INCA (<http://www.inca.gov.br>).

Tiragem: 4.000 exemplares

Elaboração, distribuição e informações

MINISTÉRIO DA SAÚDE

Instituto Nacional de Câncer (INCA)

Praça Cruz Vermelha, 23 - Centro

20230-130 - Rio de Janeiro – RJ

www.inca.gov.br

Realização e edição

Divisão de Comunicação Social

Praça Cruz Vermelha, 23 - Centro

20230-130 - Rio de Janeiro – RJ

Impressão

Gráfica Flama

Impresso no Brasil / Printed in Brazil

159g

Instituto Nacional de Câncer:

Guia do cuidador de pacientes acamados / Instituto Nacional de Câncer. – Rio de Janeiro: INCA, 2010.

16 p.: il. color. - (Orientações aos Pacientes).

1. Assistência ao Paciente. 2. Neoplasias. 3. Direito à Saúde. 4. Materiais Educativos e de Divulgação. I. Título. II. Série.

CDD 616.9940071

Ministério da Saúde
Instituto Nacional de Câncer (INCA)

**Guia do Cuidador de
Pacientes Acamados**

Orientações aos pacientes

2ª Edição

Rio de Janeiro, RJ
2010

Coordenação de Elaboração

Edmilson Oliveira da Silva

Equipe de Elaboração

Enfermeira Luzia Regina Ferreira de Menezes

Equipe da Divisão de Enfermagem do INCA

Supervisão Editorial

Maria Lucia Giordani / Coordenação Geral de Gestão Assistencial

Edição

Marcos Vieira / Divisão de Comunicação Social

Revisão

Jacqueline Boechat / Divisão de Comunicação Social

Capa, projeto gráfico e diagramação

g-dés

Divisão de Comunicação Social

Normalização editorial

Taís Facina/ CEDC

Normalização bibliográfica

Esther Rocha (estagiária de Biblioteconomia)

SUMÁRIO

Prezado cuidador	07
Algumas sugestões sobre higiene bucal e corporal	08
Banho	08
Cuidados com a pele	08
Higiene bucal	08
Cuidados na refeições	10
Cuidados na hora de dar os remédios	10
Lavagem das mãos	10
Como lavar as mãos	10
Transporte para a cadeira de rodas ou para a cama	11
Como ajudar a ir ao banheiro	12
O que é uma úlcera de pressão	12
Posição totalmente deitada (decúbito dorsal)	12
Posição lateral	12
Posição sentada	13
Posição de fowler (sentado meio inclinado)	13
Como fazer um curativo	13
Algumas dicas importantes	14

Prezado cuidador,

Cuidar de pacientes acamados é uma tarefa que requer uma atenção especial. Devido ao estado de saúde, essas pessoas, na maioria dos casos, encontram-se debilitadas e precisam de apoio, paciência e compreensão.



Os cuidados com a higiene, alimentação e transporte são fundamentais para evitar problemas que podem surgir durante o tratamento. Manter a limpeza do ambiente, do leito e o cuidado nas trocas de roupas, no banho e no preparo dos alimentos devem ser rotina para evitar infecções e complicações. Não só o cuidador, mas todas as pessoas que têm contato com o acamado devem manter a higiene e sempre lavar bem as mãos antes de tocar em qualquer utensílio ou alimento do paciente.

Mais do que cuidar do corpo, essas pessoas precisam também de apoio moral, para que não se sintam um "peso" para seus familiares e cuidadores. Trabalhar a auto-estima pode ajudar muito na melhora do estado do paciente. Por isso, é função de todos que convivem com ele garantir que se sinta sempre querido e, sempre que possível, integrá-lo às atividades da família.




Esta cartilha traz algumas informações importantes para orientá-lo no cuidado com o paciente no hospital ou em casa. Leia tudo com muita atenção e, caso tenha dúvidas, procure a equipe do hospital para esclarecê-las. Não tenha vergonha de perguntar. Nossos profissionais estarão sempre dispostos a ajudá-lo no que for possível para garantir o bem-estar do paciente.

Algumas sugestões sobre higiene bucal e corporal

Banho

- Deixe que o paciente escolha a melhor hora para seu banho;
- Se ele puder fazê-lo sozinho, organize todo o material necessário e coloque próximo dele;
- Não o deixe completamente só, pois ele pode precisar de sua ajuda se algo errado acontecer;
- Verifique a temperatura da água. O paciente pode não perceber a temperatura, se alguma parte do corpo dele estiver menos sensível;
- Aproveite para, depois do banho, massagear a pele dele com um creme hidratante.




A massagem ajuda a ativar a circulação.

Cuidados com a pele

- Observe se há lugares onde a pele parece avermelhada (ombros, nádegas, calcanhar etc.);
- Caso observe essas regiões avermelhadas, talvez seja necessário providenciar um colchão do tipo "caixa de ovo". Coxins bem macios ou protetores de espuma também podem ser úteis (peça orientações e sugestões à equipe de enfermagem);

Higiene bucal

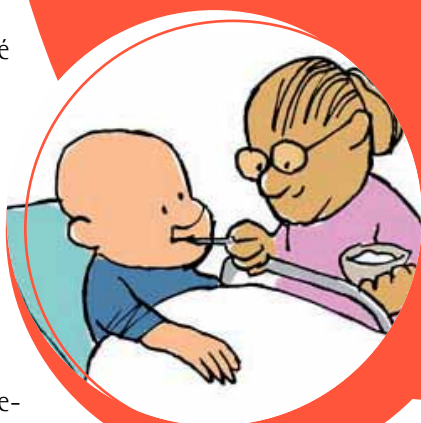
- A higiene bucal deve ser feita pela manhã, noite e após cada refeição;
- Procure uma escova de dentes bem macia, que se adapte melhor às necessidades do paciente.



Estimule-o a escolher suas roupas, perfume, sabonete etc.

Cuidados na Refeições

- Estimule o paciente a fazer suas refeições sozinho (sempre que isso for possível) mesmo que no começo ele o faça muito lentamente;
- O prato, os talheres, o copo ou a xícara devem estar adaptados para facilitar o seu uso (veja figura ao lado);
- Coloque-o com a cabeceira bem elevada se a refeição for feita no leito (travesseiros podem ajudar a alcançar a melhor posição);
- Não esqueça de oferecer líquidos, mesmo que ele não os solicite. Lembre-se de que é importante mantê-lo hidratado;
- Observe a temperatura do alimento antes de servi-lo. Lembre-se de que o paciente pode ter alguma redução na sensibilidade que dificulte a percepção da temperatura;
- Observe se as refeições estão sendo bem aceitas, caso contrário, procure a nutricionista para conhecer outras alternativas de dieta;
- A dor desestimula o apetite. Portanto, certifique-se de que o paciente esteja medicado com os analgésicos prescritos pelo médico para que a dor não dificulte a alimentação;
- Se for possível, ofereça sempre pequenas quantidades de comida e permita que o paciente escolha entre várias opções de alimentos;
- No caso dos pacientes com problemas na movimentação dos braços, lembre-se sempre de colocar os alimentos e a água próximos ao lado não afetado.



UNIDADES DE MEDIDAS CASEIRAS

1 colher de sopa cheia equivale a 25g

1 colher (média) equivale a 10g

1 copo (médio) equivale a 250g

Cuidados na hora de dar os remédios

- A organização dos remédios (com suas doses e horários) deve ser feita com muita atenção. Esclareça suas dúvidas com os médicos antes de oferecer os remédios;
- Não ofereça comprimidos, cápsulas ou outros medicamentos que devem ser engolidos quando o paciente estiver deitado. Mantenha a cabeça bem elevada para isso. Se não for possível conseguir uma cama adaptada, use travesseiros ou almofadas grandes;
- Se não for possível elevar a cabeça, vire-o de lado;
 - Se houver dificuldade de engolir os comprimidos, triture-os e dissolva o pó em uma pequena quantidade de água. Não esqueça de verificar sempre a data de validade dos medicamentos.



Higienização das mãos

Embora as mãos pareçam limpas, existem milhões de bactérias e micróbios que podem se esconder embaixo das unhas, mesmo depois de lavar as mãos com bastante água. A forma descrita abaixo é a mais eficiente para eliminar grande parte dos germes. Se não for possível fazer exatamente deste jeito em todas as ocasiões, tente seguir essas instruções na hora de preparar as refeições e fazer curativos.

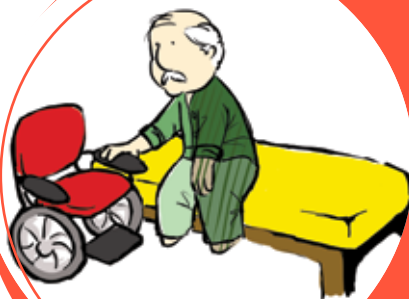


Como higienizar as mãos

- Pegue um sabonete ou o próprio sabão de lavar roupa e esfregue as mãos por um minuto mais ou menos; enxágue-as, tirando todo o sabão desta primeira lavagem;
- Ensaboe-as novamente e, desta vez, concentre-se nos dedos e unhas;
- Procure lavar dedo por dedo de todos os lados;
- Com uma espátula de unhas (igual a que se usa para tirar o excesso de esmalte), limpe embaixo das mesmas;
- Com as mãos ainda cheias de sabão, lave a parte da torneira que você vai tocar para fechá-la;
- Enxágüe as mãos e a torneira;
- Após fechar a torneira, seque suas mãos com uma toalha bem limpa.

Transporte para a cadeira de rodas ou para a cama

- Coloque a poltrona ou cadeira de rodas bem próxima à cama, de preferência do lado não afetado;
- Quando for transferir o paciente para a poltrona, traga-o para a beirada do leito. Não se afaste nesse momento, pois ele poderá ter tonteiras e cair;
- Para ter uma boa base de apoio, mantenha seus pés um pouco afastados: um apontando para a cama e o outro para a cadeira de rodas;
- Apóie os braços dele sobre os ombros;
- Os seus joelhos devem estar um pouco flexionados e suas mãos devem segurar a cintura do paciente;
- Se quiser melhorar o apoio, coloque nele um cinto bem largo para poder segurá-lo com mais firmeza;
- Caso ele não possa sair do leito, procure mudá-lo de posição várias vezes durante o dia (deitar de lado ou de costas);
- Para colocá-lo novamente no leito é só seguir esses passos em sequência invertida.



Como ajudar a ir ao banheiro

- O enfermo vai precisar freqüentemente de ajuda para ir ao banheiro. Ele deve sentir-se à vontade para chamar o cuidador quando precisar. Procure lhe dar a maior privacidade possível. Se houver pessoas no quarto, peça para saírem por um instante;
- Em vez de fazer suas necessidades no leito, é preferível que o paciente vá ao banheiro (sozinho ou acompanhado) mesmo que seja com algumas dificuldades;
- Coloque no banheiro todo o material de higiene de que ele poderá precisar em um lugar de fácil acesso;
- Peça orientações à equipe de enfermagem sobre como limpar o paciente após as evacuações.

O que é uma úlcera de pressão?

Também chamada de *escara*, é uma ferida bastante dolorosa causada pela pressão ou pelo atrito prolongado nas regiões da pele em que os ossos são mais salientes. Para preveni-las, é necessária a mobilização e massagem constante para ativar a circulação dos pacientes acamados por longos períodos.

Posição totalmente deitada (decúbito dorsal):

A permanência prolongada nesta posição pode facilitar o aparecimento de *escaras*. **Procure mudá-lo de posição várias vezes por dia.**



Posição lateral:

Observe na figura os pontos expostos ao aparecimento de *escaras*. Pode ser útil colocar um travesseiro na cabeça e um menor entre as pernas, para atenuar o atrito causado pelo peso de uma perna sobre a outra.



Posição sentada:

Use uma almofada de espuma ou outro material macio. As costas e os pés também devem ficar sobre algum acolchoado. Uma banqueta estufada (com espuma) para os pés também pode ser útil.



Posição de Fowler (sentado meio inclinado):

Na posição *Fowler*, os travesseiros, acolchoados ou almofadas de espuma também são muito úteis.

Como fazer um curativo

1. Lave muito bem as mãos (leia com atenção as instruções na página 6);
2. Retire o curativo com cuidado para que não encoste na ferida e lave novamente as mãos (para o caso de contato acidental com a lesão);
3. Lave bem a lesão com soro fisiológico (solução de cloreto de sódio a 0,9%);
4. Com uma gaze estéril (totalmente livre de bactérias) limpe ao redor da ferida, sem encostar na lesão;
5. Cubra a ferida, sem apertar, com outras gazes e coloque o esparadrapo;
6. Volte a lavar as mãos.



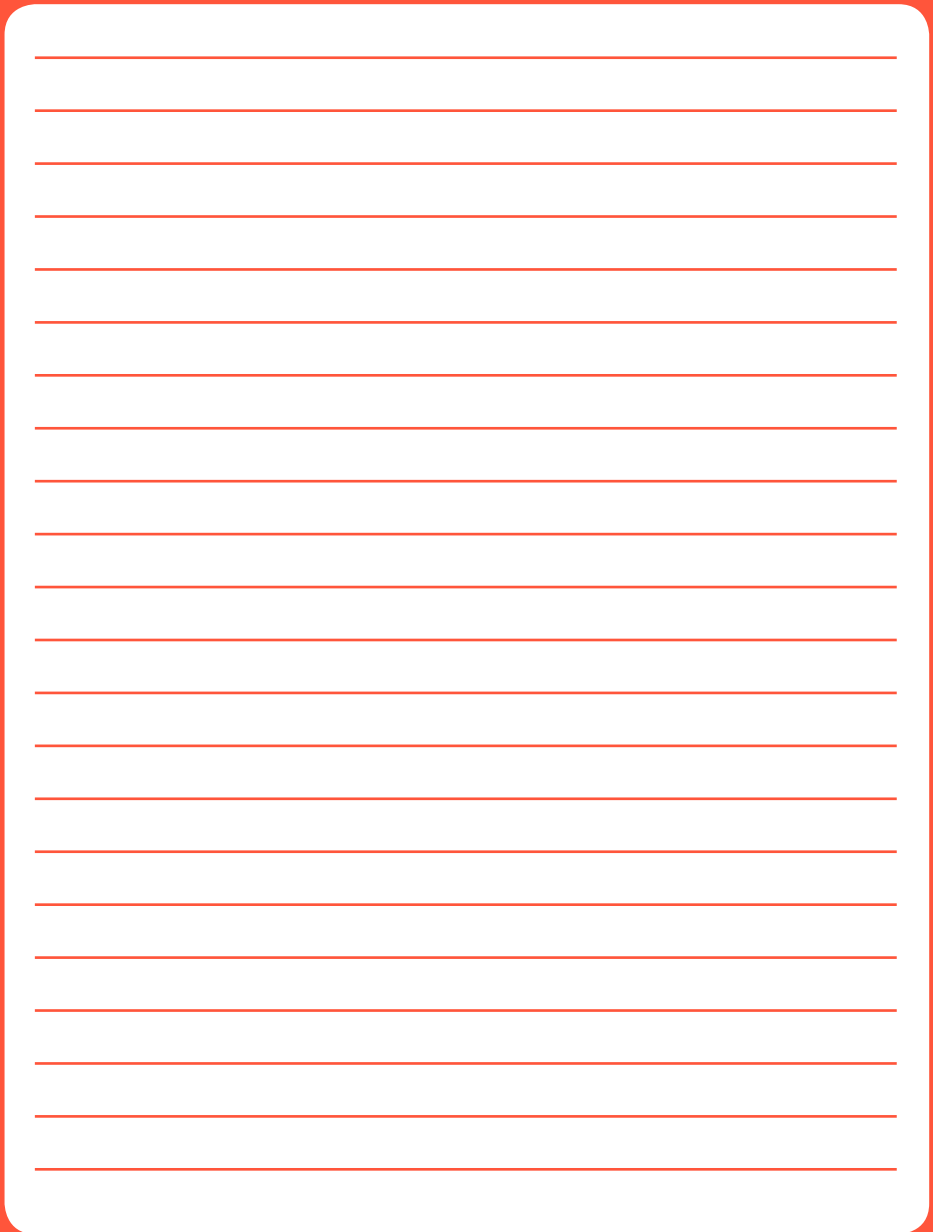
Peça orientações à equipe se perceber que já existem escaras formadas que não melhoram ou que estejam se expandindo.

Algumas dicas importantes

- Faça uma lista das tarefas do dia e procure fazer primeiro aquelas relacionadas com seu paciente.
- Talvez ele tenha dificuldade em se expressar. Tenha paciência.
- Repita as perguntas quantas vezes forem necessárias. Pode ser que ele tenha tido dificuldade em entendê-las.
- Não permita que outras pessoas ou membros da família falem sobre problemas na sua presença. Isso pode deixá-lo angustiado.
- Quando se sentir cansado ou estressado, divida com outro familiar as tarefas. O trabalho de cuidar é de toda a família.
- Se tiver dificuldades ou dúvidas sobre os cuidados a serem prestados, entre em contato com a equipe do seu hospital. Um profissional poderá orientá-lo por telefone (talvez não haja necessidade de comparecer ao hospital).
- Se for necessário, o Setor de Emergência funciona 24 horas por dia, todos os dias. Saiba que nossa equipe estará sempre presente e disposta a atendê-lo da melhor maneira possível.



Anotações importantes



A white rounded rectangular box containing 21 horizontal red lines for writing, set against a red background.

www.inca.gov.br

