

“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Posicionamentos/Mobilizações ”

Formadores:

L.B Enfermeira UCC

P.P Enfermeira UCC

S. Fisioterapeuta UCC

T.F Enfermeira UCC

N.A Aluno de Mestrado em Enf .Com. E Saúde Publica

Objetivos da Sessão

- Alertar para a importância de alternância de decúbitos e levante na prevenção de complicações músculo-esqueléticas e UP;
- Demonstrar os Posicionamentos no Leito mais comuns (Decúbitos Dorsal e Lateral) e Transferências do Leito para Cadeirão



“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Posicionamentos/Mobilizações ”

A imobilidade pode trazer vários tipos de complicações. Tais como astenia, espasticidade, ou fraqueza e rigidez muscular. O que pode causar problemas ao nível ósseo e músculo-esquelético.

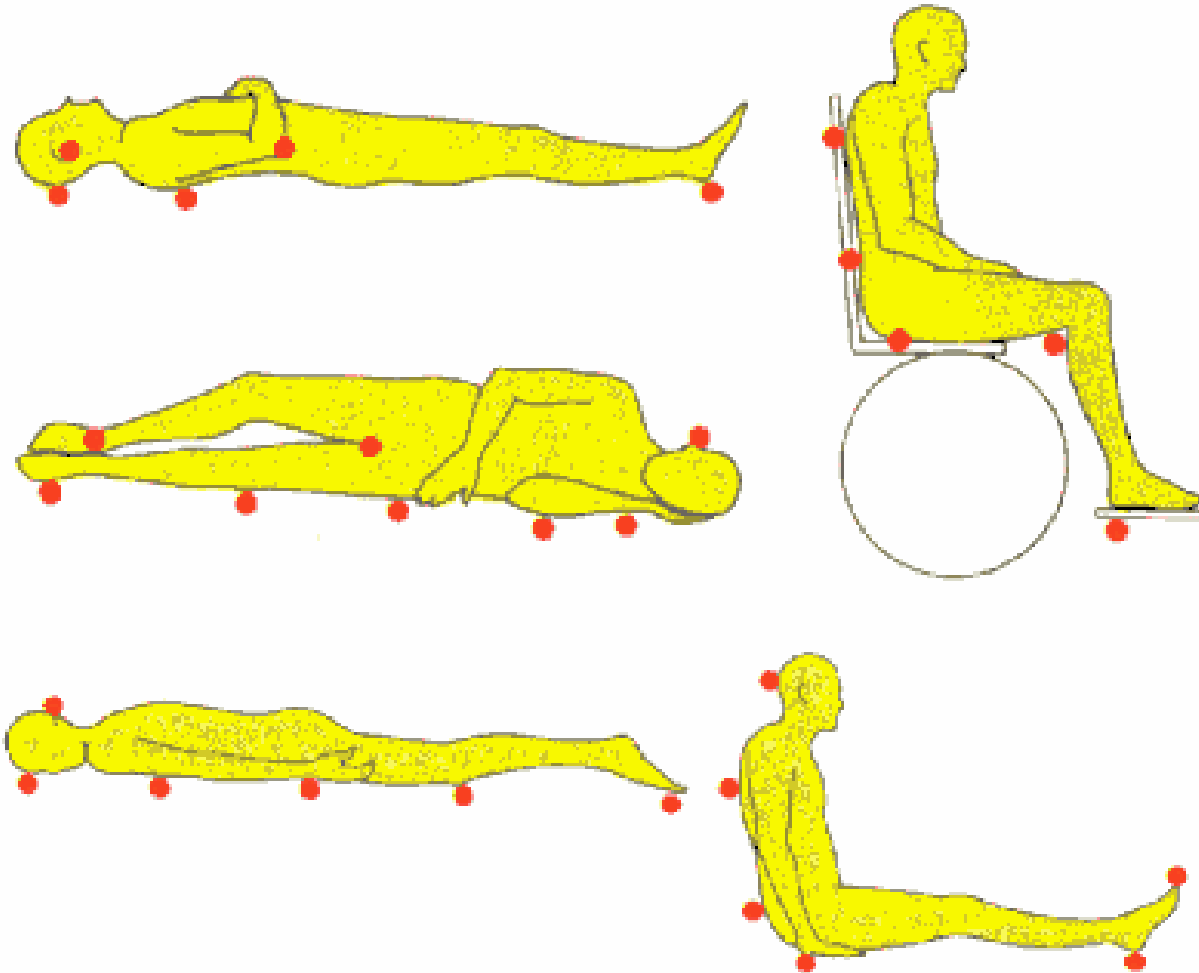
Com isto pode surgir;

- ✓ **A Úlcera de Pressão**, que pode ser definida como uma área localizada de morte celular, que tende a surgir quando os tecidos são comprimidos entre uma proeminência óssea e uma superfície dura por um determinado período de tempo (Ribeiro, 2008).



“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Posicionamentos/Mobilizações ”



As úlceras de pressão podem aparecer:

- Orelhas;
- Ombros;
- Cóccix;
- Ancas;
- Tornozelo;
- Calcanhares.

“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Posicionamentos/Mobilizações ”

Como prevenir o aparecimento de Úlceras de Pressão?

- ✓ Manter a pele sempre limpa e seca, mudando ou limpando as zonas sujas com a frequência adequada às necessidades da pessoa;
- ✓ Ter uma alimentação e hidratação adequadas;
- ✓ Mudar frequentemente de posição (de 2 em 2 horas, no máximo), realizando posicionamentos adequados e alternados, e se puder deve mexer com frequência os braços, as pernas e o restante corpo;
- ✓ Durante a mudança de posição tente não arrastar o utente, mas sim levanta-lo utilizando o lençol;
- ✓ Vigiar a pele com frequência – uma vermelhidão que não desaparece pode ser o primeiro sinal de uma úlcera de pressão.
Contacte de imediato o Enfermeiro!



“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Posicionamentos/Mobilizações ”

- ✓ É importante massajar a pele com um creme apropriado, nas várias parte do corpo, até este ser totalmente absorvido;
- ✓ Se tiver zonas de pele vermelhas, não deve massajar em cima dessas zonas, mas sim na região à volta com a ponta dos dedos e de forma suave;
- ✓ Usar almofadas para aliviar as zonas de pressão do corpo sobre a cama ou cadeira (nos locais mais propícios à formação de úlceras de pressão), de forma a que o utente fique mais confortável.



“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Posicionamentos/Mobilizações ”

Posicionamento

- ✓ Consiste em providenciar ao cliente alternância de decúbitos, com ou sem colaboração do mesmo, respeitando os princípios anatômicos, o peso corporal e protegendo as zonas de proeminência óssea

(ACSS, 2011)

“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Posicionamentos/Mobilizações ”

Objetivos dos Posicionamentos no Leito

Estimular o padrão respiratório, de mobilidade e de eliminação

Prevenir complicações circulatórias e musculoesqueléticas

Mobilizar secreções brônquicas

Manter a integridade da pele

Prevenir atrofia muscular

Providenciar conforto e bem estar

Promover o auto cuidado

(ACSS, 2011)

“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Posicionamentos/Mobilizações ”

Decúbito Dorsal



Providenciar os recursos para junto do indivíduo

Higienizar as mãos

Instruir o indivíduo sobre o procedimento

Posicionar o indivíduo em decúbito dorsal, no centro da cama, com a coluna vertebral alinhada

“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Posicionamentos/Mobilizações ”

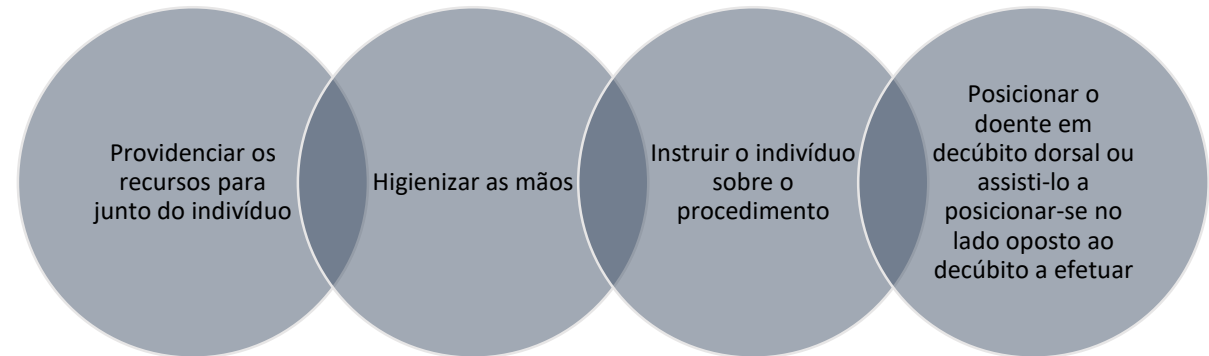
Decúbito Dorsal



- ✓ Posicionar o utente em decúbito dorsal, no centro da cama, com a coluna vertebral alinhada;
- ✓ Proteger proeminências ósseas com material de prevenção de úlceras de pressão, se necessário (ex. almofadas, rolos, sacos de areia, etc.);
- ✓ Posicionar a cabeça e ombros numa almofada baixa;
- ✓ Afastar ligeiramente os membros superiores do tronco com flexão do cotovelo;
- ✓ Posicionar o antebraço e mão virada para baixo com uma almofada baixa; - Proceder de igual modo para o outro membro;
- ✓ Aplicar pequenas almofadas nas regiões popliteias (por baixo do joelho);
- ✓ Aplicar pequenas almofadas sob as regiões aquilianas (calcanhares), deixando livres os calcanhares;
- ✓ Aliviar a roupa junto dos pés;
- ✓ Verificar o alinhamento corporal, observando-o dos pés da cama.

**“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:
Posicionamentos/Mobilizações ”**

Decúbito Lateral



(ACSS, 2011)

“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Posicionamentos/Mobilizações ”

- ✓ Posicionar ou assistir a posicionar-se em decúbito dorsal, no lado oposto ao do decúbito a executar;
- ✓ Colocar uma almofada junto ao membro inferior do lado o qual se vai virar a pessoa;
- ✓ Executar flexão dos membros superior e inferior do lado oposto ao decúbito e rodar o utente com movimento firme e suave;
- ✓ Posicionar o membro inferior, do lado do decúbito em ligeira flexão;
- ✓ Posicionar o membro inferior, do lado oposto ao decúbito, sobre a almofada fazendo um ângulo de aproximadamente 90º a nível das articulações do joelho e coxofemoral;
- ✓ Posicionar a cabeça sobre uma almofada com volume ajustado à altura do corpo;
- ✓ Posicionar o membro superior, do lado oposto do decúbito, com o ombro e cotovelo em flexão, sobre uma almofada que acompanha todo o membro;
- ✓ Colocar o membro superior do lado do decúbito fazendo um ângulo de aproximadamente 90º;
- ✓ Verificar o alinhamento corporal, observando-o dos pés da cama.

“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Decúbito Lateral

Posicionamentos/Mobilizações ”



“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Posicionamentos/Mobilizações ”

Transferências/Mobilizações

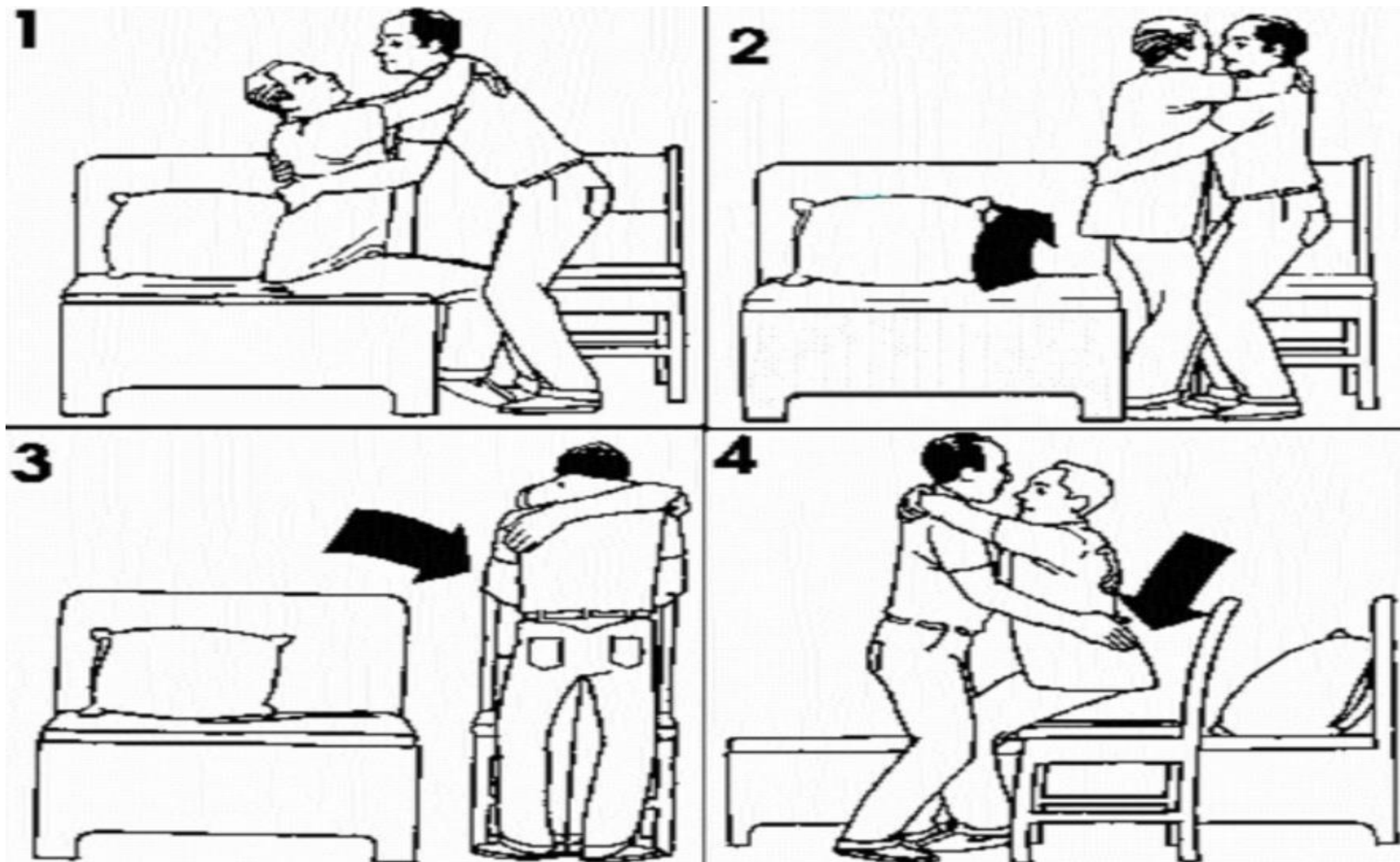
Quando procede á transferência do utente da cama para um cadeirão ou cadeira de rodas e vice versa, deve:

1. Quando for transferir a pessoa para o cadeirão, traga-a para perto do leito (sente-a junto à beira da cama com os pés pendentes). Não se afaste nesse momento, pois ela poderá ter tonturas e cair;
2. Para ter uma boa base de apoio, mantenha seus pés um pouco afastados, um apontar para cama e o outro para o cadeirão;
3. Apoie os braços da pessoa sobre os seus ombros;
4. Deve flectir ligeiramente os seus joelhos e as suas mãos devem segurar a cintura da pessoa;
5. Quando sentar a pessoa coloque almofadas nas zonas de pressão para não surgirem lesões e verifique o alinhamento corporal;
6. Caso ela não possa sair do leito, procure mudá-la de posição várias vezes durante o dia (deitar de lado ou de costas, etc.);
7. Para colocá-la novamente no leito é só seguir estes passos em sequência invertida.

(Queirós, 2012)

“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Posicionamentos/Mobilizações ”



“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:

Posicionamentos/Mobilizações ”

Grelha Observação Directa		
Objectivos	Cumprido	Não Cumprido
Identificar zonas de pressão		
Aplicar materiais de prevenção de Úlceras de Pressão		
Cumprir a maioria das indicações no posicionamento dorsal		
Cumprir a maioria das indicações no posicionamento lateral		
Manter postura corporal aquando das transferências do utente		

**“Como Cuidar do Outro? - Cuidar da Pessoa Dependente:
Posicionamentos/Mobilizações ”**

Avaliação da Sessão:

Escala Hedónica Mista



Fonte: Adaptação Tolia, Han, North & Amer (2005)

Bibliografia

- Administração Central do Sistema de Saúde, IP. (2008). *Formação Continua para Auxiliares de Acção Medica e Ajudantes de Acção Directa*. 3ª Edição. DFM Portugal, S.A.
- Escaroupa, Escaroupa & Gonçalves, Duarte. (2015). Manual para o Cuidador. Acedido em 05 de Novembro de 2017, disponível em: <http://www.usfcondeixa.com/documentos/Manual%20para%20o%20Cuidador%20-%20Utente.pdf>
- QUEIRÓS, A. (2012). Manual do Cuidador. *Manual de Apoio ao Cuidador de Pacientes Dependentes*. Acedido em 05 Novembro 2017, disponível em: <http://www.usfvalongo.com/documentos/edu/guia.do.cuidador.de.pacientes.dependentes.-.usf.valongo.pdf>
- Ribeiro, A. (2008). Úlceras de Pressão: Revisão de Conceitos. Acedido em 05 Novembro 2017 ,disponível em: <http://docplayer.com.br/6125907-Ulceras-de-pressao-revisao-de-conceitos-antonio-ricardo-ferreira-ribeiro-1.html>
- Veiga, B et al. (2011) Manual de Normas de Enfermagem – Procedimentos Técnicos. ACSS - 2ª Edição Revista Lisboa. 71-85, 193-208