

## Qual a importância do levantar?

- Estimular o padrão respiratório;
- Aumentar a mobilidade;
- Auxiliar na eliminação intestinal;
- Prevenir complicações circulatórias e músculo-esqueléticas;
- Promover conforto e bem-estar ao utente.

Cuide da pessoa como gostaria de ser cuidado



### Discentes:

Catarina Fontoura

Sandra Machado

14ª Licenciatura em Enfermagem  
(UCC Ponte de Sor/Montargil)

## GUIA PARA CUIDADORES INFORMAIS AO DOENTE DEPENDENTE

Nem todos podemos fazer grandes feitos, mas todos podemos fazer pequenas coisa com grande amor.





“Quem ama perdoa, quem ama cuida, quem ama sente, quem ama chora, quem ama socorre, quem ama escuta, quem ama cala, quem ama fala mesmo quando é a coisa mais difícil, quem ama confia, quem ama aguarda, quem ama ajuda, quem ama dá a mão, quem ama é os olhos no meio da escuridão, quem ama vive, quem ama não magoa, quem ama é fiel, quem ama diz estou ao teu lado, quem ama é amigo em todas as horas, porque só quem ama pode dizer o quanto valem estas simples palavras”. DMC

Cuidar de utentes acamados é uma tarefa que requer uma atenção especial. Devido ao estado de saúde, na maioria das vezes, encontram-se debilitadas e precisam de apoio, paciência e compreensão. São pessoas que necessitam de cuidados reforçados para prevenir futuras complicações

Nos utentes acamados o aparecimento de úlceras por pressão é rápido e silencioso, assim tome especial atenção aos cuidados a ter no leito e com a pele do utente.

### **O que é uma Úlcera de Pressão?**

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 activar a circulação dos utentes acamados por longos períodos de tempo.

### **CUIDADOS A TER**

- Utilizar colchão de pressão alternada em cima do colchão da cama do utente;
- Mobilizar o utente pelo menos de 2 em 2 horas (auxiliando com o resguardo e almofadas);
- Colocar almofadas sobre os tornozelos para elevar os calcanhares;
- Levantar o utente para o cadeirão, várias vezes ao dia, se possível.

- Trocar a fralda a cada três horas, mantendo o utente limpo e seco;
- Hidratar a pele com creme hidratante;
- Manter hidratação e alimentação rica em vitaminas e proteínas;
- Realizar massagem suave na pele íntegra, em áreas potenciais de feridas, com creme hidratante;
- Proceder à higiene diária do utente;
- Secar o corpo do utente, principalmente nos espaços interdigitais e genitais;
- Manter a limpeza das roupas da cama, bem como mantê-las secas e bem esticadas;
- Observar a pele minuciosamente.



### **Locais mais prováveis do surgimento de úlceras de pressão**

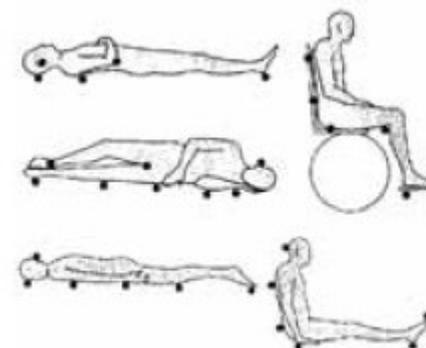


Figura 2 - Locais mais prováveis de surgimento de úlceras de pressão