

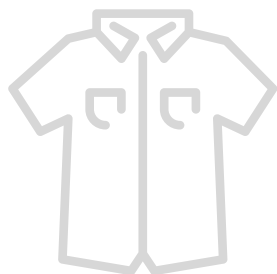
# MANUAL DE ORIENTAÇÃO

Programa de Educação e Orientação  
de Pais e Cuidadores de Pacientes  
Portadores de Disfunção Neuromotora  
(Paralisia Cerebral)

## 4

### Higiene corporal e vestuário

Área de Reabilitação



INSTITUTO NACIONAL DE  
TRAUMATOLOGIA E ORTOPEDIA

## Aos pais e cuidadores:

Este manual foi elaborado especialmente para vocês pais e cuidadores de pacientes portadores de Disfunção Neuromotora (DNM), que estão participando do Programa de Educação e Orientação de Pais e Cuidadores de Pacientes Portadores de Paralisia Cerebral - PREOCUPC.

O PREOCUPC pretende estimular atitudes que contribuam para a sua qualidade de vida e o autocuidado e compartilhar conhecimentos sobre os cuidados posturais, alimentação, vestuário, higiene, adequação do mobiliário, estimulação da mente e do corpo, saúde mental e direitos sociais para o deficiente físico.

É importante para nós a sua participação nos nossos encontros. Não se esqueça de perguntar, sugerir e esclarecer todas as suas dúvidas com os profissionais da equipe de saúde.

## Higiene Corporal e Vestuário

A higiene do corpo é uma atividade fundamental ao ser humano. Reflete a aparência da pessoa, proporcionando conforto e bem-estar.

O momento do banho permite que o cuidador observe as áreas do corpo que precisam de maior atenção e cuidados.

### O que é importante observar durante o banho?

No banho é importante observar:

- As condições da pele: cor, temperatura, hidratação e se existe inchaço e vermelhidão.
- As condições dos cabelos e unhas;
- As condições da saúde bucal.

### Como posso conduzir a pessoa até o local do banho?

É importante lembrar-se do posicionamento do indivíduo com DNM e da postura adequado para o cuidador.

Assim, você cuidador, evitará dores nas costas e complicações mais sérias como a hérnia de disco na coluna.

Observe as gravuras abaixo:



## 1 - A postura

A postura adequada é importante para a pessoa que vai tomar o banho e para o cuidador porque previne dores e facilita a tarefa.

## 2 - Durante o banho



- Converse com a pessoa e diga-lhe o que está fazendo.
- Oriente sobre o que fazer.
- Estimule a movimentar o corpo e interagir com o ambiente.
- Aproveite para mobilizar o corpo.



## 3 - Equipamentos e adaptações úteis para a higiene corporal



Cadeiras plásticas



Cadeira de banho



Espumas e luvas



Cadeira de PVC



A cadeira de PVC pode ser feita por você a partir das orientações dos seus terapeutas.

#### 4 - Vestuário

É importante estimular a participação nas atividades diárias. O ato de vestir-se é uma oportunidade para ajudar a pessoa com DNM a desenvolver habilidades.

#### 5 - Posições adequadas

Se o corpo da pessoa endurece durante alguns movimentos, experimente vesti-la nas seguintes posições:



- De barriga para cima, com um travesseiro debaixo da cabeça e nádegas.



- Sentada com os quadris e joelhos dobrados



- Apoiada em um canto da parede.

#### Roupas que facilitam o vestuário:

- Cintura elástica com alças;
- Mangas largas;
- Meias tubo;
- Peças em velcro no lugar de botões;
- Calçados simples ou com velcro.

#### Informações importantes

- Fale com a pessoa enquanto a veste. Diga o nome das partes do corpo, das roupas e para que elas servem.
- Inicie com situações bem simples e deixe-a tentar fazer o máximo que puder.
- Ajude apenas no que for necessário.



- Comece a vestir pelo lado mais afetado.
- Organize primeiro o corpo, para depois vestir a roupa.
- Comece a vestir a pessoa e peça que ela complete a ação.
- Quando necessário, use suas mãos para guiá-la.







Avenida Brasil, 500 - São Cristóvão  
Rio de Janeiro | RJ | Brasil | Cep: 20940-070  
Tel: 55 21 2134-5000  
[www.into.saude.gov.br](http://www.into.saude.gov.br)



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE

GOVERNO  
FEDERAL