

MANUAL DE ORIENTAÇÃO

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

6

Adaptações facilitadoras

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.

Adaptações facilitadoras

A adaptação do lar, mobiliários e utensílios facilitam a execução das tarefas da pessoa portadora de necessidades especiais e de seu cuidador, por isso devemos sempre estar atentos ao melhor modo de organizar o ambiente e adequar.

1 - Acesso à residência

- As rampas facilitam o acesso entre espaços e cômodos.
- Atenção: Quanto menos inclinada for uma rampa, mais fácil será utilizá-la.



2 - Portas



- As portas devem ser bem largas para que permitam a passagem de cadeira de rodas ou andar com auxílio de um cuidador.
- Retire qualquer desnível ou degrau da soleira das portas.
- Coloque maçanetas de fácil manuseio e alcance.

3 - Piso

- O piso deve ser plano e regular e antiderrapante.
- Evite desnível entre os cômodos.

4 - Barras de apoio

Quando uma pessoa está aprendendo a andar e equilibrar-se, barras de apoio em paredes e móveis podem facilitar a locomoção.



5 - Banheiro

- O banheiro ideal deve ser grande, com espaço para manobra de cadeira de rodas.
- O vaso sanitário deve ter a altura da cadeira de rodas. Cadeiras com braço removível facilitam a passagem para o vaso.
- O vaso e a pia devem ter uma barra de apoio para facilitar o uso.



- Uma cortina é muito mais fácil de abrir e fechar do que uma porta.
- O piso do Box deve ter apenas um ligeiro desnível em relação ao piso do banheiro.
- Uma bancada com altura logo acima dos joelhos facilita a pessoa que usa cadeira de rodas.
- Os utensílios devem estar ao alcance da mão.

6 - Cadeiras para banho



7 - Posicionamento de pé.



8 - Faixas posicionadoras para braços e pernas.



9 - Calça posicionadora das pernas.



10 - Esteiras ou tatames

Para a pessoa que só rola com o corpo ou se arrasta, algum tipo de esteira grossa, colchonete firme ou emborrachado permitirá que ela movimente seu corpo de forma protegida.



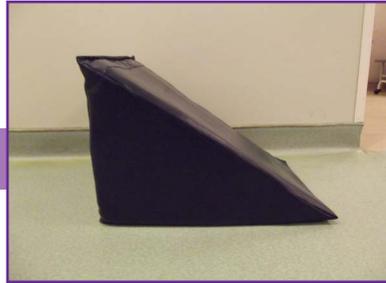
11 - PUFF



12 - Triângulo abdutor



Triângulo



13 - Travesseiro adaptado



14 - Perna de calça recheada



15 - Área de alimentação



O suporte (mesa, bandeja) para alimentação deve ter a altura que permita o acesso da cadeira de rodas.

16 - A cama



I - A cama deve ter a mesma altura da cadeira de rodas para facilitar a transferência.

II - Barras podem auxiliar as trocas de postura.

III - Grades removíveis protegem evitando quedas



1- Benefício de Prestação Continuada - BPC

O BPC é a garantia de um salário mínimo por mês à pessoa com deficiência, de qualquer idade, com incapacidade para a vida independente e para o trabalho, e aos idosos a partir de 65 anos. Em ambos os casos é necessário que não possuam meios para prover sua subsistência, e nem de tê-la provida por sua família. A renda familiar por pessoa deve ser igual ou inferior a ¼ do salário mínimo.

Você pode ter mais informações na Central de atendimento do INSS: 135 ou pelo Site: www.previdenciasocial.gov.br.

2- Gratuidade nos transportes Municipal, Intermunicipal e Interestadual

• Rio Card Municipal (RJ)

Dirija-se ao CRAS do seu bairro ou ao mais próximo, com todos os documentos para realização de um cadastramento único. Depois de receber um número de registro poderá ir até um Posto de Saúde ou Clínica da Família mais próxima de sua residência, levando um laudo médico com CID.

Você pode ter mais informações na Central de atendimento Rio Card: 4003-3737 ou pelos Sites: www.rioonibus.com ou www.riocard.com

• Passe Livre Intermunicipal – Vale Social.

Este passe oferece gratuidade no transporte público coletivo intermunicipal de passageiros, em ônibus, barcos, trem e metrô no Rio de Janeiro (**Lei Estadual 4.510, de 13 de janeiro de 2005**). O Vale Social deve ser requerido, por escrito, através de formulário próprio, disponível nos postos de cadastramento ou no site www.transportes.rj.gov.br.

Você pode ter mais informações na Secretaria Estadual de Transportes nos Tel.: 2333-0841 / 2333-0842 / 2333-0853 / 2333-8664 / 2333-8665. Ou pelo Site: www.sectran.rj.gov.br.

• Passe Livre Federal (interestadual)

Conforme a Lei Federal 8.899, de 29 de junho de 1994, é concedido o passe livre às pessoas com deficiência, comprovadamente carentes, no sistema de transporte coletivo interestadual.

Você pode ter mais Informações pelo Telefone: (61) 2029-8035 ou pelo site: www.transportes.gov.br.

3-Cultura e Lazer

A **meia-entrada** é garantida em todo o Estado do Rio de Janeiro pela Lei Estadual 4.240, de 16 de dezembro de 2003, às pessoas com deficiência física em estabelecimentos destinados a diversão, espetáculos teatrais, musicais e circenses, exposições cinematográficas, eventos esportivos e outros similares nestas áreas.

A **gratuidade** nos estabelecimentos como estádios, ginásios esportivos e parques náuticos do Estado do Rio de Janeiro é garantida pela Lei Estadual 2.051, de 30 de dezembro de 1992. Os estabelecimentos poderão pedir a comprovação de sua deficiência, por isso tenha sempre em mãos seu laudo médico, que é o documento que comprova sua deficiência, para ter o seu direito garantido.



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



MINISTÉRIO DA
SAÚDE

GOVERNO
FEDERAL