

Centro de Amputados

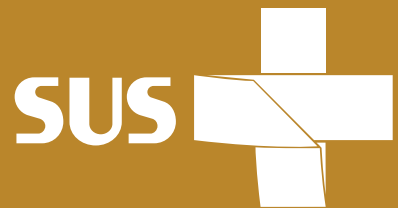
Orientação a Pacientes

- Membro Inferior -



INSTITUTO NACIONAL DE
TRAUMATOLOGIA E ORTOPEDIA

— Unidade de Reabilitação —



INSTITUTO NACIONAL DE TRAUMATOLOGIA E ORTOPIEDIA JAMIL HADDAD/MS

ENDEREÇO: AVENIDA BRASIL, 500 - SÃO CRISTÓVÃO

RIO DE JANEIRO | RJ | BRASIL | CEP: 20940-070

TEL: 55 21 2134-5000

SITE: WWW.INTO.SAUDE.GOV.BR

PRODUÇÃO: UNIDADE DE REABILITAÇÃO

Ministério da
Saúde

Índice

O que é importante saber sobre a reabilitação de amputados	06
O que é importante saber sobre próteses	08
É muito difícil usar a prótese?	09
Colocação e retirada da prótese	10
Uso da prótese	16
E se eu cair	17
O que posso fazer para evitar as quedas	18
Treinando com a prótese	19
Cuidados com o coto de amputação	23
Manutenção adequada para segurança, desempenho, durabilidade e efeitos de garantia	24
Limpeza e conservação da prótese	25
Direitos da pessoa com deficiência	25
Coisas que eu não posso esquecer	27
Agenda de consultas no Into	29
Serviços e telefones úteis para sua reabilitação	30

Apresentação

Prezado(a) Paciente,

Você recebeu a prótese. Ela é só sua. Feita na sua medida para lhe ajudar a alcançar maior independência nas suas atividades do dia a dia.

A prótese é uma parte importante do tratamento de reabilitação dos amputados. Tem o papel de realizar a função do membro perdido. O nosso objetivo é fazer com que você retorne às suas atividades rotineiras, descubra alternativas, adapte-se à sua nova condição e possa viver sua vida.

Nessa cartilha você pode encontrar respostas para algumas de suas dúvidas, perguntar sobre o que você não encontrou respostas, sugerir e anotar acontecimentos importantes durante a sua reabilitação. É mais um meio para você interagir conosco durante o tratamento.

Traga sempre com você quando vier ao INTO. Ela será importante durante as suas sessões de tratamento.



O que é importante saber sobre a reabilitação de amputados

A reabilitação é um processo contínuo, cujo objetivo final é tornar você o mais independente possível - com ou sem prótese - permitindo a realização de suas atividades habituais. Agora que você recebeu sua prótese é fundamental que continue comparecendo ao INTO para participar dessa nova etapa do processo de tratamento.

Há uma equipe de profissionais que trabalhará junto com você no seu processo de reabilitação, são eles:

O **Médico** avalia o seu caso clinicamente e define a prótese mais adequada. Acompanha o seu tratamento até a alta, discutindo sempre com a equipe de reabilitação que irá atendê-lo.

O **Fisioterapeuta** estabelece um programa de treinamento individualizado que vai ajudá-lo na colocação, retirada e utilização correta da prótese para que você possa usá-la com segurança e autonomia.

O **Assistente Social** orienta sobre as questões que envolvem o processo de reabilitação, a rotina de atendimento, o acesso à rede pública assistencial e de saúde e sobre os direitos da pessoa com deficiência.

O **Terapeuta ocupacional** trabalha a preparação do coto para protetização e a estimulação funcional para atividades da vida diária, bem como atua na adequação do ambiente doméstico e do trabalho.

O **Psicólogo** trabalha os aspectos emocionais associados à amputação e reabilitação oferecendo um espaço terapêutico para que você possa tratar do seu sofrimento, dificuldades, ansiedades, medos e angústias.

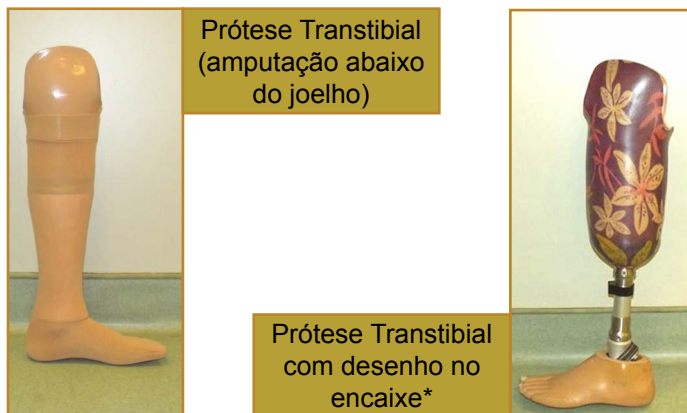
O **Técnico Protésista** é responsável pela confecção de sua prótese, assim como pelos ajustes que acontecerão à medida que você comece a utilizá-la.

O **Agente Administrativo** marca as consultas e tratamento e orienta quanto à sua frequência ao INTO conforme a rotina.

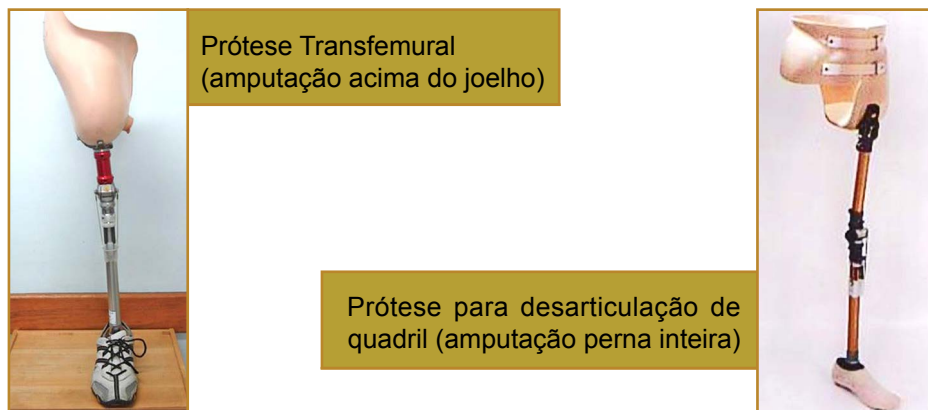
O que é importante saber sobre próteses

A prótese é fabricada para **substituir** a função da parte do seu corpo que foi perdida com a amputação. Somente será prescrita se o paciente estiver preparado para sua utilização. Por isso é importante o trabalho de reabilitação antes e depois de você receber sua prótese. Existem diferentes tipos de prótese.

Veja a seguir alguns modelos:



* O revestimento cosmético e a laminação com desenhos são opcionais.



É muito difícil usar a prótese?

É um pouco como aprender a andar de bicicleta ou como dirigir um carro. No início é mais difícil, depois, com a repetição da tarefa, você a realiza automaticamente.

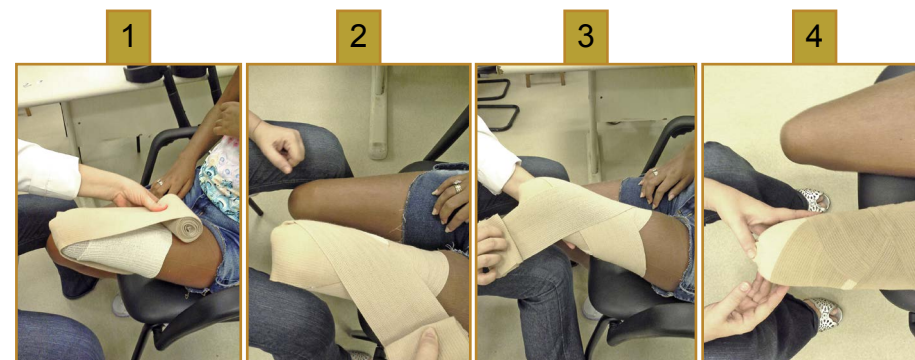
Eu posso usar qualquer tipo de roupas e sapatos

É importante usar roupas e calçados que proporcionem a você maior autonomia na hora de se vestir e que facilitem os seus movimentos.

O terapeuta ocupacional dará orientações específicas para o seu caso durante o tratamento.

Quais são os cuidados que devo ter com o coto?

- 1 - Inspeção seu coto diariamente e sempre que realizar atividades pesadas ou prolongadas.
- 2 - Lave seu coto com água e sabão. Ele deverá estar bem seco antes de você enfaixar ou colocar sua prótese.
- 3 - Enfaixe o seu coto conforme as orientações recebidas. Mantenha sempre enfaixado quando não estiver com a prótese.



4 - Não use almofadas e travesseiros sob o coto quando estiver em repouso.

5 - A transpiração excessiva no coto pode afrouxar a prótese. Retire-a e seque o coto.

6 - Mantenha sempre os exercícios que foram orientados pelo Fisioterapeuta e Terapeuta Ocupacional. Isso irá ajudar a melhorar a flexibilidade e a força do coto e sua capacidade de movimentar a prótese.

ATENÇÃO!

- Venha às sessões de tratamento para treinar a colocação e utilização da prótese.
- Durante o treinamento a sua prótese precisará de ajustes.
- Somente o técnico e o profissional da equipe podem fazer os ajustes.

Então, vamos começar?

I - Colocação e retirada da prótese

Coloque e retire a sua prótese de acordo com as orientações que você recebe do seu fisioterapeuta ou terapeuta ocupacional durante o tratamento. Informe ao profissional qualquer alteração no coto decorrente do uso da prótese.

As figuras abaixo mostram a forma de colocação da prótese

1 - TRANSFEMORAL

O processo descrito abaixo é feito preferencialmente de pé, com apoio de uma ou ambas as mãos para garantir seu equilíbrio.

1 - Você vai usar um saco em tecido sintético para colocação do coto no encaixe da prótese.

1º Passo



2º Passo



2 - Puxe o tecido parte por parte através do orifício no fundo do encaixe para que o coto penetre por igual.



3 - Verifique se a ponta do coto está em contato com o fundo do encaixe através do orifício.



4 - Coloque a válvula selando o orifício. A válvula permite a saída do ar para manter o coto ajustado à prótese.



2- TRANSTIBIAL

1 - Você vai utilizar um pedaço de malha tubular para ajudar o coto a entrar até o fundo do encaixe.



2 - Inicie a colocação na posição sentada com o joelho dobrado e relaxado.



3 - Puxe a malha tubular.



4 - Verifique se o coto entrou até o fundo do encaixe.



5 - A seguir dobre a malha tubular sobre o encaixe flexível.



6 - Coloque o encaixe rígido empurrando o coto para baixo.





II - Uso da prótese.

Aos poucos você vai aprendendo a usar a sua prótese para realizar movimentos de andar, sentar, levantar, subir e descer escadas e rampas, transpor obstáculos e nas diversas atividades da sua vida diária.

ATENÇÃO!

Você receberá orientações específicas para o seu caso. Procure segui-las e se você tiver alguma dificuldade converse com o profissional.

Conforme o uso da prótese o seu coto mudará e atingirá o formato definitivo. Fique atento, pois ajustes serão necessários para evitar que a prótese lhe machuque ou solte do seu coto.

E SE EU CAIR?

Pode acontecer! Por isso, o treino de queda faz parte da sua reabilitação. Você vai adquirir habilidade para sair do chão com ou sem a ajuda de outra pessoa.

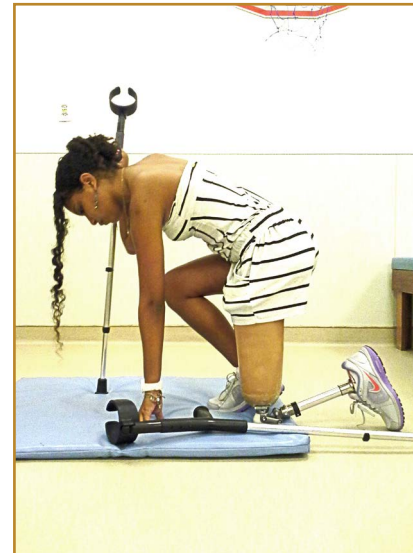
Veja a seguir algumas estratégias para se levantar do chão:



1 - Vire e fique de barriga para baixo.



2 - Ajoelhado, apoie as duas mãos no chão.



3 - Levante seu corpo fazendo força na perna e com o apoio das mãos. Você também pode ter apoio da muleta ou de outra pessoa.



O QUE POSSO FAZER PARA EVITAR AS QUEDAS?

Torne sua casa mais segura. Faça adaptações para facilitar a sua movimentação e a realização das atividades da vida diária.

NO BANHEIRO:

- Instale barra de apoio no banheiro para ajudar durante o banho;
- Use tapete antiderrapante;
- Deixe ao seu alcance os objetos que mais utiliza;
- Tome banho sempre sentado.

NOS DEMAIS AMBIENTES:

- Peça a alguém para organizar seus móveis de maneira que você possa circular pela casa com andador ou muletas;
- Mantenha um trajeto iluminado do banheiro para o quarto;
- Retire objetos espalhados pelo chão (fios soltos, tapetes, brinquedos).

III -Treinando com a prótese

1 - Transferência de peso sobre a prótese.



Para os lados – com os pés um ao lado do outro, transfira o peso do corpo sobre a prótese.



Para frente – com a prótese à frente transfira o peso do corpo sobre a prótese.

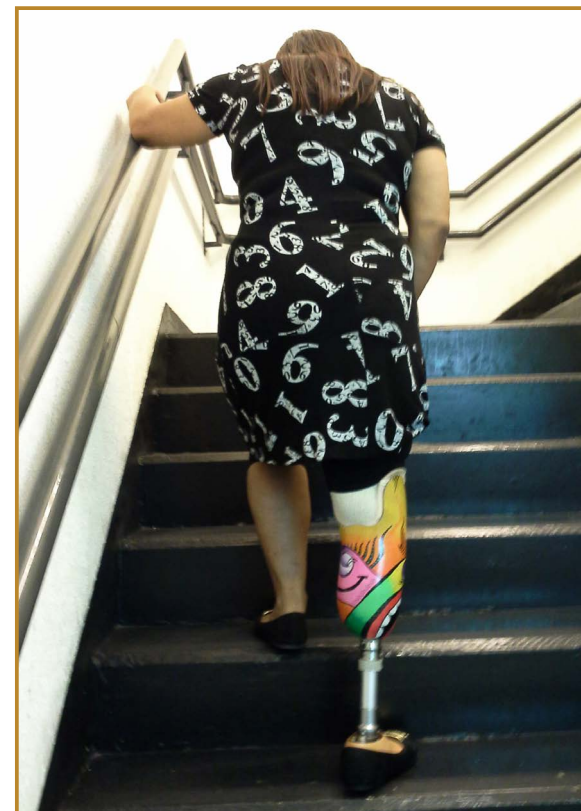
2 - Sentar e levantar.

A prótese deve ficar mais a frente do que o pé, e o tronco dobrado tanto para sentar como para levantar.



3 - Subir e descer escadas.

Para subir coloque primeiro a perna, depois a prótese.



Ao descer coloque primeiro a prótese, depois a perna.



IMPORTANTE !

Lembre-se que, embora você veja semelhanças no seu processo de reabilitação com o de outra pessoa, outros fatores terão influência na forma como você irá usar a sua prótese. Tire suas dúvidas com a equipe do Centro de Amputados.

IV - Cuidados com o coto de amputação

- 1 - Inspeção seu coto diariamente e sempre que realizar atividades pesadas ou prolongadas.
- 2 - Refaça o enfaixamento se sentir o coto formigar ou latejar.
- 3 - Não use almofadas e travesseiros sob o coto quando estiver em repouso.
- 4 - Lave seu coto com água e sabão. Ele deverá estar bem seco antes de você colocar sua prótese.
- 5 - A transpiração excessiva no coto pode afrouxar a prótese. Retire-a e seque o coto.
- 6 - Mantenha sempre os exercícios que foram orientados pelo Fisioterapeuta e Terapeuta Ocupacional. Isso irá ajudar a melhorar a flexibilidade e a força do coto e sua capacidade de movimentar a prótese.

ATENÇÃO !

- Áreas de vermelhidão, bolhas e machucados devem ser cuidadosamente observadas. Faça isso com o auxílio de um espelho.
- A dor no coto é comum e tem tratamento. Informe a equipe do centro de amputados para que possamos indicar a melhor forma de tratamento.

V - Manutenção adequada para segurança, desempenho, durabilidade e efeitos de garantia

A sua prótese tem garantia de 18 meses. Ajustes na prótese serão necessários à medida que o coto matura, ou seja, adquire seu formato definitivo. Somente o técnico contratado pelo INTO pode realizar a manutenção e os consertos que podem vir a aparecer. Em caso de rachaduras ou quebras procure a assistência técnica.

O INTO estabelece um contrato com uma empresa especializada em próteses para a aquisição e manutenção. Porém o paciente tem sua parcela de responsabilidade na preservação da prótese. Preencha as informações abaixo e fique atento.

Empresa: _____

Endereço: _____

Falar com: _____

Telefone: _____

Data em que recebi a prótese: _____

VI - Limpeza e conservação da prótese

- É importante manter sempre a sua prótese limpa e seca;
- Ao guardar, coloque a prótese em local seguro para evitar que ela caia;
- Nunca molhe. Nunca tome banho com a prótese no chuveiro, na piscina, no mar, em rios, lagos;
- Não lubrifique;
- Não ande descalço;
- Não altere a altura dos calçados sem consultar o técnico;
- Não tente fazer manutenção técnica por sua conta.

VII - Direitos da pessoa com deficiência

A pessoa com deficiência tem seus direitos garantidos pela Constituição Federal, pelas convenções Internacionais e por Decretos e Leis Federais, Estaduais e Municipais. Veja alguns de seus direitos:

- 1 - Gratuidade nos transportes;
- 2 - Carteira de habilitação especial;
- 3 - Reserva de vagas em estacionamentos;
- 4 - Benefício de Prestação Continuada (BPC);
- 5 - Isenção de impostos na compra de carros (IPI/ICMS/IOF/IPVA);
- 6 - Cota de vagas para ingresso no mercado de trabalho;

7 - Educação;

8 - Acompanhantes em estabelecimentos de saúde;

9 - Meia entrada em estabelecimentos destinados a diversão, espetáculos teatrais, musicais e circenses, cinemas e eventos esportivos;

10 - Gratuidade nos estádios, ginásios e parques náuticos do Estado do Rio de Janeiro.

COMO EU POSSO TER ACESSO A ESSES DIREITOS?

Para informações procure a Assistente Social. Ela vai informar a você sobre como acessar seus direitos.

VIII - Coisas que eu não posso esquecer

- Comparecer ao INTO nos dias agendados.
- Sempre carregar essa cartilha comigo quando eu vier ao INTO.
- Conversar com o profissional da equipe de saúde, tirar minhas dúvidas e pedir orientações.
- Examinar o coto diariamente e lavar com água e sabão. Enxaguar e secar com cuidado. Ele deverá estar bem seco antes de colocar a prótese.
- Colocar e usar a prótese de acordo com as orientações que recebi do fisioterapeuta ou terapeuta ocupacional durante o tratamento.
- Limpar e guardar a minha prótese de acordo com as orientações que recebi durante o tratamento.
- Procurar a assistência técnica quando a prótese apresentar algum problema.
- Verificar diariamente o ajuste do encaixe, assegurando que não haja áreas de pressão.
- Interromper o uso da prótese se verificar ferimentos, áreas de vermelhidão, descamação e comunicar ao médico, fisioterapeuta, terapeuta ocupacional ou técnico protesista.
- Manter, sempre que possível, minha vida social ativa, praticando exercícios, participando de reuniões com familiares e amigos.



XI - Serviços e telefones úteis para sua reabilitação



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



DISQUE SAÚDE
Serviço gratuito que funciona todos os dias das 8h às 18h. Pode ser acionado de qualquer telefone público.
0800 61 1997



SAMU
Serviço de Atendimento Móvel de Urgência
192



CORPO DE BOMBEIROS
193



Site do MINISTÉRIO DA SAÚDE
www.saude.gov.br



INSTITUTO NACIONAL DE
TRAUMATOLOGIA E ORTOPEDIA

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