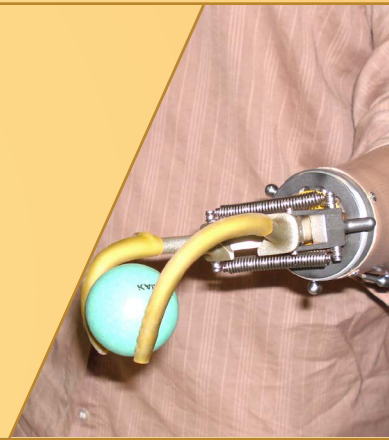


Centro de Amputados

Orientação a Pacientes

Membro Superior

— Unidade de Reabilitação —



INSTITUTO NACIONAL DE
TRAUMATOLOGIA E ORTOPEDIA

Ao paciente,

Essa cartilha foi elaborada especialmente para você, paciente do Into, que está em programa de reabilitação. O nosso objetivo é fazer com que você retorne as suas atividades rotineiras, descubra alternativas, adapte-se a sua nova condição e possa viver sua vida.

Através da leitura dessa cartilha você vai encontrar respostas para algumas das suas dúvidas, sugerir e anotar acontecimentos importantes. É mais um meio para você interagir conosco durante o tratamento.

É muito importante para nós que você receba todas as informações necessárias para sua reabilitação. Não se esqueça de perguntar e esclarecer suas dúvidas com os profissionais da equipe de saúde.

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

Unidade de Reabilitação.

ÍNDICE

Conhecendo o programa de reabilitação	05
Os primeiros passos	07
Vou continuar fazendo as tarefas do dia a dia que fazia antes?	11
Conhecendo a prótese	14
Como eu vou aprender a usar a prótese?	16
Como devo cuidar da minha prótese?	17
O que eu faço quando a minha prótese apresentar algum problema?	18
Direitos da pessoa com deficiência	19
Como eu posso ter acesso a esses direitos?	20
Coisas que eu não posso esquecer	20
Você tem alguma dúvida?	21
Consultas no Into	22
Serviços e telefones úteis	23

CONHECENDO O PROGRAMA DE REABILITAÇÃO

A reabilitação é um processo contínuo, cujo objetivo final é tornar você o mais independente possível - com ou sem a sua prótese - permitindo a realização de suas atividades habituais. É fundamental que você compareça ao Into nos dias agendados. Há uma equipe de profissionais que trabalhará junto com você no seu processo de reabilitação.

O **Médico** coordenará o seu processo de reabilitação. É o profissional que fará a prescrição da prótese e verificará a sua adequação ao paciente, juntamente com o Fisioterapeuta e o Terapeuta Ocupacional.

O **Fisioterapeuta** estabelecerá um programa de treinamento individualizado com exercícios para fortalecimento do coto de amputação, o que irá ajudá-lo na colocação, retirada e utilização correta da prótese, de forma que possa ser utilizada com maior segurança e autonomia. Além disso poderá intervir nas alterações posturais que frequentemente estão associadas à amputação do membro superior.

O **Terapeuta Ocupacional** trabalhará a preparação do coto para realização das atividades da vida diária e para a protetização. Também confeccionará as adaptações para sua independência sem a prótese e orientará você na organização e adequação do ambiente doméstico e do trabalho de acordo com suas necessidades.

O **Assistente Social** orientará 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 **Psicólogo** trabalhará os aspectos emocionais associados à amputação oferecendo um espaço terapêutico para que você possa falar do seu sofrimento, dificuldades, ansiedades, medos e angústias considerando os efeitos da perda do membro na sua vida.

O **Técnico Protesista** será responsável pela confecção e ajustes das próteses.

O **Agente Administrativo** marcará as suas consultas e estará pronto para tirar suas dúvidas sobre a rotina do Centro de Amputados.

OS PRIMEIROS PASSOS

Após a avaliação inicial por todos os membros da equipe multidisciplinar o seu programa de tratamento será definido. Você terá os dias agendados com os profissionais e acompanhamento até a alta.

Inicialmente você vai desenvolver atividades de preparo do coto para poder usá-lo nas atividades da vida diária. O Fisioterapeuta e o Terapeuta Ocupacional são os profissionais responsáveis por esse trabalho.

Veja a seguir sobre como será desenvolvido o trabalho na reabilitação.

1 - Fortalecimento da musculatura dos ombros

Você vai participar de um programa de exercícios, sob a supervisão do Terapeuta Ocupacional e esses exercícios serão importantes para promover o fortalecimento da musculatura de seus ombros, em especial o ombro do lado oposto à amputação. É com esses músculos que você irá controlar a sua prótese.

Além disso, podem ser necessários outros exercícios para melhorar a sua postura, possivelmente alterada em virtude da ausência de um dos braços.

2 - Treinamento do enfaixamento do coto

O enfaixamento é importante para modelar o coto e colabora para reduzir o inchaço (edema) do coto, mantê-lo protegido e diminuir a sensação de formigamento.

Para fazer o enfaixamento você usará faixas elásticas. Ao enrolar a faixa ao redor do coto, a pressão deve ser firme, porém sem apertar demais para não diminuir a circulação do sangue na região e provocar dor.

Você receberá as instruções do Terapeuta Ocupacional. É importante que aprenda a colocá-la corretamente.



3 - Tratamento da cicatriz

A massagem cicatricial é fundamental para prevenir complicações como: aderências, retrações, cicatrizes dolorosas e hipersensibilidade que podem comprometer o uso da prótese.

4 - Os cuidados com a dor e com a sensação do membro fantasma

A dor fantasma acontece porque, mesmo após a amputação continuamos sentindo as sensações de dor, coceira e choque. Quanto mais você usar o coto, mais informação fornecerá ao seu cérebro sobre a nova forma e tamanho do membro.

Para diminuir estas sensações você pode:

- Massagear o coto com creme em todas as direções: da esquerda para direita; de cima para baixo; na diagonal;
- Usar água fria e morna durante o banho e espojas de texturas diferentes;
- Massagear o coto suavemente com a toalha ao secar;
- Tocar os dois membros com os olhos fechados e comparar a sensibilidade;
- Usar a técnica do espelho que você vai aprender nas sessões de tratamento.

5 - Reestruturação da imagem corporal

Através do trabalho individual e em grupo você vai treinar a utilização dos dois membros superiores em diversas atividades e posições para reestruturar a imagem que tem do seu próprio corpo.



6 - Troca da lateralidade

Aprender a usar a mão direita ou esquerda para realizar ações que eram feitas com o membro dominante.



7 - Aumento da habilidade e destreza para as tarefas que você fazia anteriormente com as duas mãos.



Usar máquinas



Usar equipamentos manuais (tear)



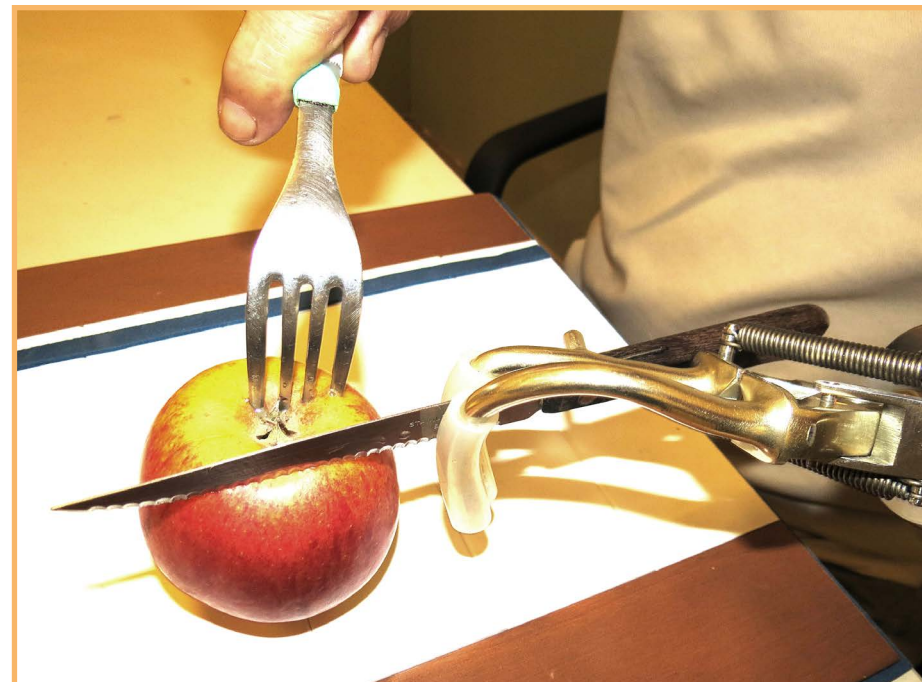
Usar o computador

VOU CONTINUAR FAZENDO AS TAREFAS DO DIA A DIA QUE FAZIA ANTES?

O nosso objetivo é que você consiga alimentar-se, vestir-se, calçar meias e sapatos, fazer sua higiene pessoal e realizar tarefas domésticas e profissionais com ou sem prótese ou adaptações. Para tanto, faz parte do treino na Terapia Ocupacional:

1 - Treinamento para alimentação

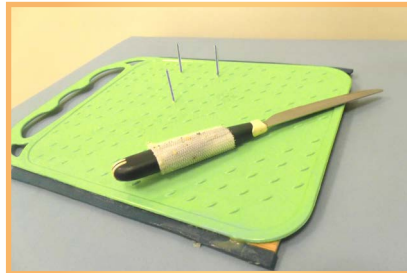
Atividade bilateral de uso de garfo, faca e colher.



Usar o copo para beber.



Preparar o alimento com adaptações.



2 - Vestir-se e despir-se

É necessário fazer adaptações nas roupas quando a amputação for bilateral. Recomendamos o uso de:

Calça com elástico na cintura ou suspensórios;

Alças para puxar as calças;

Mudar fechos para velcron ou pressão.

3 - Fazer higiene pessoal

Você vai treinar a realização de atividades de higiene pessoal usando o coto com ou sem adaptações.

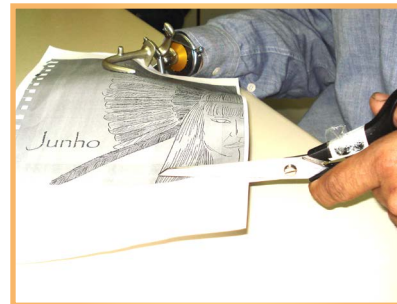


Cortar unhas



Pentear o cabelo

4 - Realizar atividades instrumentais da vida diária



Usar a tesoura



Pegar objetos



Escrever

5 - Orientação para atividade profissional

Caso você esteja em idade produtiva o trabalho de reabilitação lhe ajudará na acessibilidade com os recursos necessários para sua volta ao trabalho.

Venha às sessões de tratamento na Terapia Ocupacional para confeccionar suas adaptações e treinar as atividades da vida diária. Nesse período o coto será preparado para a protetização quando for indicada.

CONHECENDO A PRÓTESE

A prótese de membro superior (mão e braço) é fabricada para suprir parcialmente a função da parte do seu corpo que foi perdida com a amputação. Somente será prescrita se você estiver preparado para sua utilização e se ela for, efetivamente, melhorar a sua função. Por isso é importante o trabalho de reabilitação para modelar o coto, tratar a sensibilidade e fortalecer a musculatura antes receber a prótese.

Existem diferentes tipos de prótese para membro superior.

As estéticas: cumprem a função de complementar o membro e de dar equilíbrio a postura corporal;



Desarticulação de ombro

As funcionais:

As próteses funcionais mecânicas têm acionamento de tirantes para abertura da mão, gancho e um cabo para acionar o cotovelo quando a amputação é no braço (transumeral);



Prótese Transumeral.
Para amputações acima do cotovelo.



Prótese Transradial.
Para amputações abaixo do cotovelo

As próteses funcionais mioelétricas são acionadas por eletrodos que, em contato com a sua pele, captam a contração muscular para abrir e fechar a mão.



Prótese Transradial Mioelétrica.
Para amputações abaixo do cotovelo.

Para usar a prótese você irá aprender a:

- 1 - Colocar o coto no encaixe;
- 2 - Vestir as correias;
- 3 - Abrir e fechar a mão ou gancho;
- 4 - Fazer a troca do gancho e mão;
- 5 - Posicionar o cotovelo;
- 6 - Treinar a utilização da prótese nas atividades da vida diária.

Existe mais de uma forma de colocação da prótese. Coloque e retire a sua prótese de acordo com as orientações que você recebe durante o tratamento. Qualquer alteração no coto decorrente do uso da prótese deverá ser informada ao profissional.

Ao usar a prótese

- Não ponha a mão dentro d'água, pois pode danificar o mecanismo;
- Cuidado com materiais perfurantes como faca de ponta, tesouras, agulhas, chaves de fenda eles podem rasgar a luva;
- Tinta de caneta esferográfica, graxa de sapato, verniz de cor, mostarda, ketchup, carbono, tinta de tecido, grafite podem manchar sua prótese.

Ao retirar a prótese

- Limpe o encaixe e as correias com um pano umedecido com água;
- Guarde a sua luva em lugar limpo, dentro de um saco de pano para evitar contato com o verniz dos móveis, pois pode manchar;
- Limpe a mão com um pano úmido ou esponja macia suavemente sem esfregar e seque bem.

Com a luva

- Nunca use álcool para limpar a sua luva;
- Não exponha ao sol para evitar a formação de manchas;
- Para realizar os trabalhos domésticos no dia a dia prefira o gancho. É mais leve e pode ser lavado.

O QUE EU FAÇO QUANDO A MINHA PRÓTESE APRESENTAR ALGUM PROBLEMA?

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. A sua prótese tem garantia de 18 meses. Ajustes da prótese serão necessários à medida que o coto vai mudando sua forma até atingir o formato definitivo. Somente o técnico pode realizar a manutenção e os consertos que podem vir a aparecer. Em caso de rachaduras ou quebras procure a assistência técnica.

Empresa: _____.

Endereço: _____.

Falar com: _____.

No telefone: _____.

Data em que recebi a prótese: _____.

Atenção! A garantia da luva é menor do que a prótese.

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:

- Gratuidade nos transportes;
- Carteira de habilitação especial;
- Reserva de vagas em estacionamentos;
- Benefício de Prestação Continuada (BPC);
- Aposentadoria por invalidez;
- Isenção de impostos na compra de carros (IPI/ICMS/IOF/IPVA);
- Cota de vagas para ingresso no mercado de trabalho;
- Educação;
- Acompanhantes em estabelecimentos de saúde;
- Meia entrada em estabelecimentos destinados a diversão, espetáculos teatrais, musicais e circenses, cinemas e eventos esportivos;
- Gratuidade nos estádios, ginásios e parques náuticos do Estado do Rio de Janeiro.

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

COISAS QUE EU NÃO POSSO ESQUECER

- Comparecer ao Into nos dias agendados;
- Sempre trazer 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 a prótese e usar de acordo com as orientações que recebi do terapeuta ocupacional durante o tratamento;
- Limpar, usar 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;
- Ajustar corretamente as correias para fixar a prótese ao corpo e para os acionamentos sem esforço;
- Interromper o uso da prótese se verificar ferimentos e comunicar ao médico, terapeuta ocupacional ou técnico protista;
- Manter, sempre que possível, minha vida social ativa, praticando exercícios, participando de reuniões com familiares e amigos.

ESCREVA NESSE ESPAÇO E TRAGA QUE NÓS PODEMOS AJUDÁ-LO.

DATA	HORA	TIPO DE ATENDIMENTO	PROFISSIONAL

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

SAMU
Serviço de Atendimento Móvel de Urgência – **192**

CORPO DE BOMBEIROS
193

Site do **MINISTÉRIO DA SAÚDE**
[**www.saude.gov.br**](http://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**