

## ACOMPANHANTE

### Você é acompanhante?

- Não deixe o paciente sozinho.
- Comunique a enfermagem quando precisar sair do quarto.
- Peça ajuda da equipe para mudar o paciente de posição na cama ou para andar no quarto.
- Lembre o paciente de usar os óculos durante a internação.



Av. Brasil, 500 - São Cristóvão  
CEP:20.940-070  
Rio de Janeiro - RJ

Tel.: 55-21-2134-5000  
[www.into.saude.gov.br](http://www.into.saude.gov.br)



MINISTÉRIO DA  
SAÚDE

GOVERNO  
FEDERAL



**CUIDADOS PARA EVITAR  
QUEDAS NA INTERNAÇÃO**

## QUEDAS: TODO CUIDADO É POUCO!

### Prezado paciente,

Pensando sobre a sua segurança elaboramos esse folder especialmente para você que está internado aqui no Into.

Você sabia que a pessoa hospitalizada pode cair? Pois é! A queda pode complicar a cirurgia e aumentar o tempo da internação.



### Para você não cair da cama...

- Mantenha as grades levantadas quando estiver no leito.
- Depois da cirurgia, aguarde a liberação para se levantar da cama.

### Para se levantar...

- Primeiro eleve a cabeceira da cama.
- Sente-se lentamente e espere alguns segundos.

- Desça calmamente e fique de pé próximo a cama.



### Ao caminhar no quarto...



- Ande devagar.
- Durante a noite não se levante sozinho!

### Peça ajuda!

### Para não cair no banheiro...

- Não entre se o chão estiver molhado.
- **Fique atento!**
- Utilize sempre chinelos de borracha com solado antiderrapante.
- Se possível, utilize a cadeira higiênica quando usar o vaso ou para tomar banho.

- Troque sua roupa sempre sentado.
- Nunca ande pelo quarto usando meias ou chinelos de pano.

- Aguarde o atendimento do fisioterapeuta para começar a andar.



### Você está usando a pulseira laranja? É porque você é um paciente com maior risco de queda.

- Você precisa de ajuda para ir ao banheiro. Nunca vá sozinho.
- Utilize a cadeira higiênica quando usar o vaso ou para tomar banho.
- Você deve estar acompanhado quando for sentar ou levantar da cama.
- Não se esqueça de usar os óculos.
- Não se esqueça de usar o aparelho auditivo.

Neste caso comunique imediatamente a equipe de enfermagem para que você possa ser avaliado.