COVID-19

cuidar com qualidade

uma iniciativa

IPAV
Instituto Pe. António Vieira

com o apoio

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

edp

cuidar com qualidade

3º MÓDULO

Cuidados Básicos de Higiene

COVID-19

uma iniciativa

IPAV
Instituto Pe. António Vieira

com o apoio

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

edp

COVID-19

Objetivos :

3º MÓDULO

Cuidados Básicos de Higiene

- A importância da higiene diária do doente
- Vários tipos de higiene
- Etapas de um banho no leito
- Riscos a ter em conta na realização da higiene de um doente

uma iniciativa

IPAV Instituto Pe. Antonio Vieira

com o apoio

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

edp

cuidar com qualidade

Conceitos :

COVID-19

A **higiene do doente** faz parte da sua rotina diária.
Apesar da imobilidade e de não haver esforço físico, o corpo continua a produzir secreções que têm de ser eliminadas, sob risco de provocarem irritações e infeções. A higiene deve, por isso, ser realizada mesmo quando a situação do doente é grave e este não se pode levantar, adaptando as **técnicas** à sua situação.

3º MÓDULO

Cuidados Básicos de Higiene

A higiene é um dos fatores mais importantes para o **conforto** e para a **qualidade de vida** do doente proporcionando-lhe, por vezes, uma das maiores sensações de **bem-estar** do dia.

uma iniciativa

IPAV Instituto Pe. António Vieira

com o apoio

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

edp

cuidar com qualidade

COVID-19

Prestar corretamente a higiene corporal a um doente é uma das principais dificuldades de quem dele cuida.

É fundamental conhecer as várias técnicas.

3º MÓDULO

Cuidados Básicos de Higiene

Banho

A melhor opção é sempre o **banho de chuveiro**, deixando o **banho no leito** apenas para os doentes impossibilitados de sair da cama.

Cadeira para duche

Cadeira giratória para duche na banheira

uma iniciativa

IPAV Instituto Pe. Antonio Vieira

com o apoio

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

edp

cuidar com qualidade

Banho

COVID-19

Sempre que possível, o **banho integral** deve ter dado ao doente. O banho é um dos aspetos mais importantes no cuidar da higiene, evita as irritações de pele e previne o corpo contra o aparecimento de infeções futuras.

Maca banheira

Banho no leito

3º MÓDULO

Cuidados Básicos de Higiene

É importante que o **cuidador avalie o doente** antes de iniciar o banho. Se o movimento do corpo causar dor, pode administrar-se um analgésico permitindo que o doente disfrute do procedimento. Deve também verificar o grau de dependência do doente, tendo em conta a sua **segurança**.

uma iniciativa

IPAV Instituto Pe. António Vieira

com o apoio

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

edp

cuidar com qualidade

Higiene Oral

COVID-19

3º MÓDULO

Cuidados Básicos de Higiene

A higiene oral é uma parte fundamental nos cuidados de higiene.
Idealmente deve ser realizada ao acordar, após as refeições e antes de dormir.

- **previne infeções, cáries e aftas,**
- **elimina restos de alimentos e microrganismos,**
- **estimula a circulação do sangue**
- **evita o mau hálito.**

A higiene oral deve ser realizada quer o doente tenha dentes naturais ou placa e mesmo que não se alimente pela boca (use sonda) e deve contemplar:

- **gengiva,**
- **palato,**
- **bochechas**
- **língua**

uma iniciativa

IPAV Instituto Pe. António Vieira

com o apoio

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

edp

cuidar com qualidade

Higiene Oral

COVID-19

Para a higiene oral deve ser utilizada **escova de dentes** ou espátula com ponta de **esponja** (pode ser substituído por uma espátula com gaze na ponta) com **pasta dentífrica ou elixir**, fita dentária e no final do processo **hidratante de lábios**.

3º MÓDULO

Esponjas de dentes

No caso de **prótese removível**, a higienização é realizada no exterior.

Cuidados Básicos de Higiene

Importante

aproveitar este momento para avaliar a cavidade oral para despistar eventuais complicações

uma iniciativa

IPAV Instituto Pe. António Vieira

com o apoio

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

edp

cuidar com qualidade

COVID-19

3º MÓDULO

Cuidados Básicos de Higiene

Higiene dos Ouvidos

Não esquecer a limpeza dos ouvidos que deve ser feita através da fricção externa com uma compressa ou com gaze humedecida.

Higiene Intima

A higiene íntima deve ser realizada sempre que é efetuada uma mudança de fralda ou quando doente tem necessidade.

Preferencialmente utilize o seguinte **material**:

- sabonete líquido
- compressa de banho
- água morna.

uma iniciativa

IPAV Instituto Pe. António Vieira

com o apoio

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

edp

cuidar com qualidade

Passos de um banho na cama

COVID-19

3º MÓDULO

Cuidados Básicos de Higiene

Para começar é necessário colocar um plástico para não molhar o colchão da cama e depois colocar o doente junto a si num dos lados da cama.

Avaliar a **temperatura da água** e se for possível, perguntar ao doente se está boa.

Começar por molhar **o rosto** com uma esponja, um pano limpo humedecido ou uma gaze molhada, sem sabonete. Limpar bem o rosto do doente. Em seguida lavar com a esponja húmida evitando que a agua circule para os olhos ou parte interior dos ouvidos e secar com uma toalha macia.

Passar para **os braços, barriga e peito**. O essencial neste passo, é utilizar um sabonete líquido molhado em agua e começar pelas mãos até as axilas e depois sim, passar para o peito e barriga.

uma iniciativa

IPAV Instituto Pe. António Vieira

com o apoio

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

edp

cuidar com qualidade

Passos de um banho na cama

COVID-19

3º MÓDULO

Cuidados Básicos de Higiene

Para lavar **as pernas** utilize o mesmo processo que para as mãos: começar pelos pés com uma esponja molhada e sabão até às coxas e secar o doente com uma toalha macia.

Para lavar **os genitais** deveremos começar pela frente e depois passar para trás colocando, nessa altura, o doente de lado. Para os genitais utilize uma toalha, uma esponja e uma bacia de água diferentes das que já utilizou para as restantes partes do corpo.

Passar depois para **as costas**, com outra esponja húmida e sabão e limpar bem esta zona, para evitar restos de urina ou fezes.

Por último retirar os **lençóis** molhados da cama, colocar novos e **vestir o doente.**

uma iniciativa

IPAV Instituto Pe. António Vieira

com o apoio

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

edp

cuidar com qualidade

Riscos a ter em conta na higiene de um doente

COVID-19

3º MÓDULO

Cuidados Básicos de Higiene

Hipotermia - Devemos por isso evitar que o doente permaneça exposto a baixas temperaturas, por isso todo o processo deve ser feito no máximo em 20 minutos.

Infeções - Se possível utilizar materiais de uso individual, preferencialmente produtos descartáveis. Nunca reutilizar a água da bacia que esteja com sujidade de substâncias orgânicas para lavar outra parte do corpo.

Dispositivos - É de toda a importância estar atento a cateteres, drenos, sondas e cânulas de intubação para não os remover.

uma iniciativa

IPAV Instituto Pe. António Vieira

com o apoio

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

edp

cuidar com qualidade

Riscos a ter em conta na higiene de um doente

COVID-19

3º MÓDULO

Cuidados Básicos de Higiene

Respiração - Se o doente tiver alguma alteração deve ser mobilizado durante o banho sempre do lado contrário ao pulmão que possa estar comprometido.

Risco de queda - Conhecer previamente as condições psicomotoras do doente, como agitação, confusão mental, nível de sedação e superfície corpórea. Manter o doente calmo e não realizar movimentos bruscos (atenção a doentes obesos). As camas devem ter travas nas rodas e grades para diminuir o risco de queda.

uma iniciativa

IPAV Instituto Pe. António Vieira

com o apoio

FUNDAÇÃO CALOUSTE GULBENKIAN

edp

cuidar com qualidade