
	UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS HOSPITAL DE DOENÇAS TROPICAIS	
Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA		POP.DENF.012 - Página 1/5	
Título do Documento	APLICAÇÃO DE CALOR OU FRIO		Emissão: 20/03/2024 Versão: 03	Próxima revisão: 20/03/2026

1. CONCEITO

A utilização do calor e do frio são ações que popularmente se difundiram com o passar dos séculos. Desde os mais primórdios tempos, a utilização do calor e do frio para as mais diversas situações e patologias sempre foi utilizada. O calor atua relaxando os músculos e facilitando a circulação através da vasodilatação, diminuindo a dor e edema local. O frio age pela vasoconstricção, diminuindo a dor e impedindo a formação de hematomas.

2. OBJETIVO

- Padronizar a aplicação de compressas de calor ou frio sobre a pele íntegra no âmbito do HDT-UFT (Hospital de Doenças Tropicais da Universidade Federal do Tocantins).





3. MATERIAIS

- Bandeja;
- EPIs conforme precaução;
- Bolsa térmica de gel;
- Tecido para cobrir a bolsa;
- Água quente (calor) ou fria;
- Biombo, se necessário;
- Máquina de aquecer bolsa térmica;
- Refrigerador;
- Papel tolha.

4. DESCRIÇÃO DOS PROCEDIMENTOS

4.1 APLICAÇÃO DO CALOR





- Higienizar as mãos;
- Verificar prescrição médica;
- Confirmar o usuário e o procedimento a ser realizado;
- Aquecer a bolsa de gel em água quente;
- Cobrir a bolsa com o tecido e observar se a temperatura através do pano está adequada;
- Reunir os materiais na bandeja e levar ao quarto do usuário;
- Paramentar-se com EPIs;

			UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS HOSPITAL DE DOENÇAS TROPICAIS	
Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA		POP.DENF.012 - Página 2/5	
Título do Documento	APLICAÇÃO DE CALOR OU FRIO		Emissão: 20/03/2024 Versão: 03	Próxima revisão: 20/03/2026

- Promover privacidade, utilizando biombos, se necessário;
- Apresentar-se ao usuário e explicar o procedimento que será realizado;
- Posicionar o usuário de acordo com o local a ser feito o procedimento;
- Avaliar as condições da pele no local de aplicação da bolsa térmica;
- Pergunte ao usuário se a temperatura está aceitável;
- Avaliar as condições da pele no local após 2 ou 3 minutos depois da aplicação da bolsa, para certificar-se que essa temperatura não vai causar queimadura, não deixar agir por mais de 20 minutos;
- Secar a pele do usuário, se necessário utilizando papel toalha;
- Recolher o material e encaminhe ao expurgo;
- Realizar a desinfecção da bolsa térmica com álcool 70% e se presença de sujidade lavar primeiramente com água e sabão;
- Retirar as luvas de procedimento;
- Desprezar o material descartável utilizado em local apropriado;
- Higienizar as mãos;
- Checar o horário na prescrição, anotar no prontuário o procedimento realizado e aspecto da região de aplicação, assinar e carimbar.

4.2 APLICAÇÃO DE FRIO

- Higienizar as mãos;
- Verificar prescrição médica;
- Confirmar o usuário e o procedimento a ser realizado;
- Reunir os materiais na bandeja e levar ao quarto do usuário;
- Paramentar-se com EPIs;
- Promover privacidade, utilizando biombos, se necessário;
- Apresentar-se ao usuário e explicar o procedimento que será realizado;
- Posicionar o usuário de acordo com o local a ser feito o procedimento;
- Certificar-se de que a bolsa de gel esteja gelada (colocar antes em refrigerador conforme instruções do fabricante);
- Pergunte ao usuário se a temperatura aplicada está aceitável;
- Avaliar as condições da pele no local após 2 ou 3 minutos depois de sua aplicação, para certificar-se que essa temperatura não vai causar queimadura no usuário;

			UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS HOSPITAL DE DOENÇAS TROPICAIS	
Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA		POP.DENF.012 - Página 3/5	
Título do Documento	APLICAÇÃO DE CALOR OU FRIO		Emissão: 20/03/2024	Próxima revisão: 20/03/2026
			Versão: 03	

- Não deixar sua aplicação exceder mais que 20 minutos;
- Secar a pele do usuário, se necessário utilizando papel toalha;
- Desprezar o material descartável utilizado em local apropriado;
- Recolher o material e encaminhe ao expurgo;
- Higienizar as mãos;
- Cheque o horário, anote o procedimento realizado e aspecto da região de aplicação. Assinar e carimbar.

5. OBSERVAÇÕES

INDICAÇÃO PARA APLICAÇÃO DE CALOR: Aliviar a dor, edema, finalidade terapêutica, promover uma melhor circulação por meio da vasodilatação, aumentar a temperatura corporal, facilitar a flexão de articulação e músculos contraídos.





CONTRA INDICAÇÃO: Sangramentos, processos inflamatórios agudos internos, neuropatias (devido à incapacidade de perceber a mudança de temperatura), estado de desnutrição, estase circulatória, debilidade acentuada.

INDICAÇÃO PARA APLICAÇÃO DE FRIO: Aliviar a dor, edema e processos inflamatórios, diminuir a congestão local, diminuir a hipertermia e controlar hemorragia, promover a constrição dos vasos sanguíneos.

CONTRA INDICAÇÃO: Neuropatias (devido à incapacidade de perceber a mudança de temperatura), estado de desnutrição, estase circulatória, debilidade acentuada.

6. CUIDADOS ESPECIAIS

- Em usuários idosos, inconscientes, desnutridos e crianças deve-se ter cautela quanto ao limite da temperatura, devido à maior sensibilidade da pele;
- Observar constantemente a área de aplicação. Qualquer alteração da pele e queixas do usuário, suspender o procedimento e comunicar ao enfermeiro e/ou médico;
- A contínua exposição ao calor lesa as células epiteliais, causando vermelhidão, sensibilidade localizada e até mesmo a formação de bolhas;
- Nunca colocar bolsa de gel debaixo do usuário para evitar compressão excessiva da mesma, pois pode ocasionar extravasamento e queimaduras ao usuário;
- Não se deve aplicar calor através de luvas de látex, devido o risco de extravasamento e queimaduras;
- Nunca realize a aplicação de frio por mais de 30 minutos devido ao risco de causar necrose.
- Quando for necessário aplicações com gelo, deve-se colocar em um saco plástico, envolverem uma compressa e aplicar no local indicado.

			UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS HOSPITAL DE DOENÇAS TROPICAIS	
Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA		POP.DENF.012 - Página 4/5	
Título do Documento	APLICAÇÃO DE CALOR OU FRIO		Emissão: 20/03/2024 Versão: 03	Próxima revisão: 20/03/2026

7. REFERÊNCIAS

Procedimentos de Enfermagem na Atenção Primária. Contagem, 2020.166p. 1ª Edição. Disponível em <<http://www.contagem.mg.gov.br/sms/wp-content/uploads/2020/08/PROTOCOLO-DE-PROCEDIMENTOS-DE-ENFERMAGEM.pdf>>. Acessado em: 07/03/2022.





HUMAP/UFMS. **POP: Aplicação de compressas frias.** Disponível em: http://www2.ebserh.gov.br/documents/17082/374045/POP_ENFERMAGEM.pdf/41341424-745e-45fb-8baa-ea9541523f39 . Acesso em 15 de set. 2019.

HUMAP/UFMS. **POP: Aplicação de calor por bolsa.** Disponível em: http://www.ebserh.gov.br/documents/17082/374045/POP_ENFERMAGEM.pdf/41341424-745e-45fb-8baa-ea9541523f39. Acesso em 15 de set. 2019.

HUUNIFESP. **POP: Aplicação de compressa morna.** Disponível em: http://www.hospitalsaopaulo.org.br/sites/manuais/arquivos/2014/POP_Aplicacao_de_compressa_morna.pdf. Acesso em 15 de set. 2019.

HUUNIFESP. **POP: Aplicação de compressa fria.** Disponível em: http://www.hospitalsaopaulo.org.br/sites/manuais/arquivos/2014/POP_Aplicacao_de_compressa_fria.pdf. Acesso em 15 de set. 2019.

HUPE/UERJ. **POP: Aplicação de calor ou frio.** Disponível em: http://www.hupe.uerj.br/hupe/Administracao/AD_coordenacao/AD_Coorden_public/POP%20CDC%20025.%20APLICA%C3%87%C3%83O%20DE%20CALOR%20OU%20FRIO.pdf. Acesso em 15 de set. 2019.

			UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS HOSPITAL DE DOENÇAS TROPICAIS	
Tipo do Documento	PROCEDIMENTO / ROTINA		POP.DENF.012 - Página 5/5	
Título do Documento	APLICAÇÃO DE CALOR OU FRIO		Emissão: 20/03/2024 Versão: 03	Próxima revisão: 20/03/2026

8. HISTÓRICO DE REVISÃO

VERSÃO	DATA	DESCRIÇÃO DA ALTERAÇÃO
01	15/10/2019	Elaboração da Versão Inicial.
02	07/03/2022	Acréscimo de conceito e materiais.
03	20/03/2024	Melhora na definição do conceito.

Elaboração: Elayna Medeiros de Oliveira - Enfermeira; Márcio Martins Mendes - Enfermeiro; Marília Viana Miranda; Sandra Maria Vinhal - Enfermeira; Mayra de Almeida Xavier Alencar - Enfermeira; Tallyta Barros Ribeiro – Enfermeira.	Data: 15/10/2019
Revisão: Elzivania de Carvalho Silva – Técnica em Enfermagem; Clayra Rodrigues de Sousa Monte Araújo – Enfermeira.	Data: 07/03/2022
2º Revisão: Elayna Medeiros de Oliveira - Enfermeira	Data: 20/03/2024 <i>(assinatura eletrônica via SEI)</i>
Validação: Luis Fernando Beserra Magalhães – Chefe Setor de Gestão da Qualidade	Data: 24/04/2024 <i>(assinatura eletrônica via SEI)</i>
Aprovação: Danilo da Silva dos Santos – Chefe da Divisão de Enfermagem/RT da Gestão Assistencial.	Data: 01/04/2024 <i>(assinatura eletrônica via SEI)</i>

Permitida a reprodução parcial ou total, desde que indicada a fonte



HOSPITAL DE DOENÇAS TROPICAIS DA UNIVERSIDADE FEDERAL DO TOCANTINS
Avenida José de Brito, nº 1015 - Bairro Setor Anhanguera, Araguaína/TO, CEP 77818-530
- <http://hdt.ebserh.gov.br/>

Certidão

Processo nº 23761.001731/2024-41

Interessado: Luis Fernando Beserra Magalhães

Certidão de assinaturas eletrônicas correspondente ao documento POP 012 DENF- APLICAÇÃO DE CALOR E FRIO.

Elaboração: Elayna Medeiros de Oliveira - Enfermeira; Márcio Martins Mendes - Enfermeiro; Marília Viana Miranda - Enfermeira; Sandra Maria Vinhal - Enfermeira; Mayra de Almeida Xavier Alencar - Enfermeira; Tallyta Barros Ribeiro – Enfermeira.	Data: 15/10/2019
Revisão: Elzivania de Carvalho Silva – Técnica em Enfermagem; Clayra Rodrigues de Sousa Monte Araújo – Enfermeira.	Data: 07/03/2022
2º Revisão: Elayna Medeiros de Oliveira - Enfermeira	Data: 20/03/2024 <i>(assinatura eletrônica via SEI)</i>
Validação: Setor de Gestão da Qualidade	Data: <i>(assinatura eletrônica via SEI)</i>
Aprovação:	Data: 01/04/2024

Danilo da Silva dos Santos – Chefe da Divisão de Enfermagem/RT da Gestão Assistencial. *(assinatura eletrônica via SEI)*

Datado e assinado eletronicamente.



Documento assinado eletronicamente por **Elayna Medeiros de Oliveira, Enfermeiro(a)**, em 03/04/2024, às 10:32, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, caput, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Danilo da Silva dos Santos, Chefe de Divisão**, em 03/04/2024, às 14:32, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, caput, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



Documento assinado eletronicamente por **Luis Fernando Beserra Magalhães, Chefe de Setor**, em 29/04/2024, às 14:34, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, caput, do [Decreto nº 8.539, de 8 de outubro de 2015](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ebserh.gov.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **37848122** e o código CRC **396E6613**.