

Cuidados gerais

Peça para um adulto ficar atento!

- Retirar **tapetes** do chão.
- Manter os móveis da casa afastados do trajeto, **facilitando a sua circulação** no ambiente.
- Colocar **sapatos confortáveis** e com solado de borracha para evitar quedas.



Não falte às consultas de retorno!

- O **médico** precisa ver se está tudo certo com o seu **ossinho**.
- Ir às **consultas** é parte importante do tratamento.



Elaboração:

Iolanda Alves Braga – Enfermeira
Beatriz de Melo Silva – Enfermeira
Celso Eduardo Ribeiro Gonçalves Santos – Ortopedista
José Antônio Ribeiro Muniz Filho – Ortopedista
Paulo Candido Teixeira – Técnico de Enfermagem

Validação:

Moacir Nascimento Costa – Enfermeiro
Daniela da Silva Gomes – Ortopedista

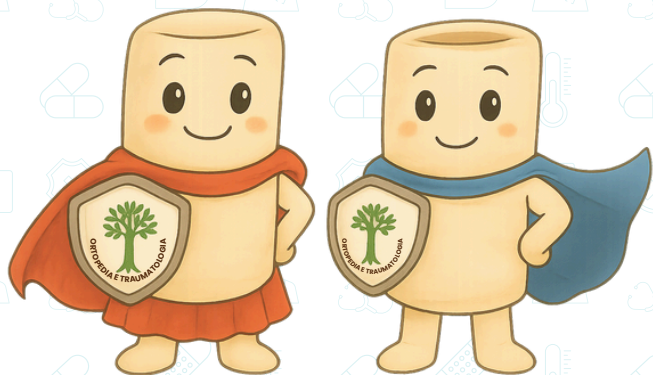


Orientações para
paciente com
**imobilização
ortopédica:**

cuidados com
gesso no domicílio



Olá! Nós somos a **Super Gessinha** e o **Super Gessinho**! Estamos aqui para te ajudar na sua recuperação



Gesso e água não combinam!

- **Nunca molhe o gesso** no banho, na piscina, na cachoeira, no mar ou jogando água.
- Na hora do banho, use um **saco plástico bem fechado** para proteger o gesso.
- Mas, **cuidado**: não fique muito tempo com o saco plástico, pois você pode suar e o suor pode danificar o gesso.
- **Não pise em chão molhado**, devido ao risco de queda e para não amolecer o gesso.



Não coloque nada dentro do gesso!

- Mesmo que coce, não use caneta, lápis, palito ou cabo de escova para coçar. Isso pode **machucar a sua pele** e causar infecção.
- Se estiver **coçando demais**, conte para um adulto e avise o médico.

Nada de mexer no gesso sozinho!

- Não corte, não quebre e nem tente tirar o gesso.
- Só o médico ou a equipe de saúde podem fazer isso.

Fique atento aos sinais de alerta!



Se perceber algum desses sinais, chame um adulto e vá ao médico:

- Muito inchaço.
- Dor forte que não melhora.
- Formigamento ou dormência nos dedos.
- Dedos roxos ou muito frios.
- Cheiro ruim vindo do gesso.
- Gesso quebrado, rachado ou com manchas.

Mexa os dedinhos!

- Sempre que lembrar, **movimente os dedos** com cuidado.
- Isso é importante para o **sangue circular**.

Só apoie o peso se o médico deixar!

- Se o gesso for na perna, **não pise com ele no chão** sem a liberação do médico.
- Caso consiga, utilize o **apoio de muletas** para andar.

Deixe o braço ou a perna descansando para cima!

- Use **almofadas** para deixar o membro elevado nos primeiros dois dias após colocar o gesso.
- Isso ajuda a **diminuir o inchaço** e melhora a circulação.
- Para não se cansar e evitar inchaço procure usar **tipoia** ou **muletas**.

