



ORTOVAN
CENTRO DE PRÓTESE E ÓRTESE

GUIA DO AMPUTADO

DÚVIDAS COMUNS E DICAS PARA UMA VIDA SAUDÁVEL

Este guia foi elaborado para orientar de forma fácil os pacientes amputados e os compromissados com a sua reabilitação: médicos, protéticos, enfermeiros, fisioterapeutas ocupacionais, assistentes sociais e, especialmente, os familiares.

Olá! Seja bem-vindo

Este guia foi idealizado para orientar de forma positiva e simples todos os recém-amputados através de dicas, tutoriais e relatos. Queremos demonstrar que o caminho para a adaptação é possível e que nossa capacidade de superação é ilimitada.

O guia se propõe a ajudar o amputado quanto:

- A aprender os cuidados gerais com o coto.
- Às oscilações psicológicas que surgem durante o processo de fisioterapia e adaptação.
- A responder dúvidas frequentes referentes à protetização.

A Ortovan e toda a sua equipe profissional estará à disposição para solucionar qualquer dúvida que surgir durante a leitura deste material.

CAUSAS DA AMPUTAÇÃO

Desde a época das guerras mundiais, a amputação é um dos procedimentos cirúrgicos mais frequentes da medicina. Esse processo se faz necessário quando não há esperança de que o membro voltará a ser saudável.

As maiores incidências de causas de amputações são:

- Vasculares
- Traumáticas
- Tumoriais
- Infeciosas
- Congênitas

É através dessas causas que o profissional consegue definir qual a melhor prótese para cada caso, a fim de possibilitar um ajuste mais confortável e menos dolorido, evitando ao máximo possíveis complicações.



A REABILITAÇÃO

Geralmente, a pessoa amputada se sente deprimida imediatamente depois de uma cirurgia de amputação. Isso é muito natural, tendo em vista que todos os pacientes se deparam com uma nova realidade.

Para aqueles que vinham sofrendo de uma dor intensa durante um longo período antes da amputação, a perda de seu membro pode realmente ser vista como uma etapa positiva.

Porém, o sofrimento e a capacidade de superação estão muito mais atrelados ao contexto social, histórico e cultural em que o paciente está inserido do que de fato com a área amputada.

O receio diante de a nova imagem não ser aceita pelos outros, ou até mesmo por si, e as limitações do dia a dia são fatores constantes que rondam a mente dos recém-amputados. São nessas circunstâncias que a psicoterapia se faz necessária, e é através dela que a pessoa irá enfrentar a situação e entender as fases que a perda de uma parte do corpo implica.

Não obstante a natureza da perda do membro, os sentimentos logo serão substituídos pela vontade de recomeçar!



PRÉ-PROTETIZAÇÃO

O período pós-operatório imediato pode ser de dias, semanas ou meses, dependendo da cicatrização do coto. Um pós-operatório bem feito pode abreviar em muito a recuperação e reabilitação do paciente, evitando com isso o aparecimento de contraturas musculares indesejáveis e dificilmente corrigíveis.

A posição do paciente no leito após a cirurgia é de grande importância para evitar as contraturas. O paciente deve deitar sobre colchões duros e firmes, não utilizando nenhuma almofada sob o coto.

Com este procedimento, evita-se o aparecimento de contraturas em flexão, facilitando assim a colocação da prótese. Exercícios com o coto devem ser iniciados 24 horas após a amputação com a finalidade de ativar a circulação, reduzir volume residual e manter força muscular.

DESSENSIBILIZAÇÃO

Dentro das primeiras semanas pós-amputação, você deve iniciar o que são chamados de exercícios de dessensibilização, ou seja, com a ajuda desses movimentos, seu coto consegue definir e suportar diferentes sensações, auxiliando no controle da dor e sensibilidade.

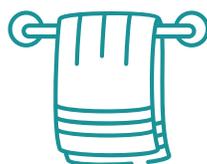
São listados a seguir alguns materiais que você pode usar para dessensibilizar seu coto. Todos estes materiais devem ser colocados em sua pele de forma bem suave, aumentando lentamente a frequência e a duração dos movimentos, sempre dentro da sua tolerância.

CUBO DE GELO



Friccione por alguns segundos um cubo de gelo sobre a extremidade do seu coto

TOALHA



Pressione a toalha e friccione-a sobre o coto

ESCOVA DE DENTES



Mova a escova através da superfície da sua pele

É de extrema importância que esses procedimentos sejam realizados diariamente ou em dias alternados, pois auxiliam no processo de cicatrização e diminuem o risco de que o paciente sofra com dores intensas ou com a síndrome do membro fantasma.

ALGUNS CUIDADOS

São partes importantes do pós-operatório imediato, os seguintes passos:

- Enfaixamento compressivo
- Exercícios
- Prevenção de contraturas

Além disso, os 3 pontos abaixo merecem atenção:

01

HIGIENIZAÇÃO

Diariamente, inspecione o seu coto, lembre-se de lavá-lo pelo menos uma vez ao dia com água morna e sabão neutro. Seque-o com uma toalha macia e evite contato direto com a cicatriz. Quando estiver seco, massageie a região com um creme hidratante.

02

BANHO

Nos primeiros dias, é normal surgirem inúmeras dúvidas em relação ao banho. De início, recomenda-se que o paciente conte com a ajuda de outra pessoa para essa atividade. O ideal é que o banheiro seja adaptado e, em alguns casos, ter uma cadeira de banho é indicado.

03

EVITAR SUDORESE E PELE OLEOSA

Durante as primeiras 4 semanas de protetização, é possível um aumento da transpiração. Para diminuí-lo, faça o uso de liners entre a pele e a prótese, lave diariamente a superfície interna do silicone e limpe as extremidades da prótese com álcool em um pano macio.



**São eficientes,
confortáveis e
fáceis de usar!**

ENFAIXAMENTO COMPRESSIVO

Após obter boa cicatrização, todo amputado deve partir para o processo de enfaixamento do coto, através de uma atadura ou faixa elástica. Recomenda-se que o primeiro enfaixamento seja realizado com o acompanhamento e ensinamento de um profissional qualificado.

O enfaixamento é importante, pois:

- Estimula a circulação sanguínea e o metabolismo do coto.
- Elimina possíveis edemas e seu aumento.
- Modela e prepara o coto para facilitar sua adaptação à futura prótese.

Algumas recomendações importantes sobre o enfaixamento:

Em caso de formigamento, deve-se retirar o enfaixamento e refazê-lo com menos pressão.

O enfaixamento deve ser trocado, no mínimo, 3 vezes por dia com intervalo de 15 minutos para massagear o coto com as próprias mãos.

Recomenda-se continuar enfaixando o coto até a colocação da prótese definitiva, e depois colocar somente à noite ou quando não for utilizar a prótese.

O primeiro enfaixamento deve ser feito sob orientação de um profissional especializado.



USO DE MALHAS ELÁSTICAS | LINERS

Os liners são malhas elásticas confeccionadas com material específico para compressão dos cotos e podem substituir o uso do enfaixamento. Possuem fácil aplicação e higienização, além de uma alta durabilidade.

Está é uma novidade em relação à conexão ou suspensão do paciente com próteses. Com o liner, é possível garantir um melhor contato/fixação da prótese. Os principais benefícios do uso do liner são:

Proteção: Melhora a circulação sanguínea, controla edemas e protege o tecido cicatricial recém-formado

Conforto: Feita de silicone, traz o amortecimento de protuberâncias ósseas e áreas sensíveis.

Suspensão: Oferece diferentes tipos de suspensão do usuário com a prótese.

PASSO A PASSO PARA COTO ABAIXO DO JOELHO:

1. De trás para frente, comece passando a faixa acima da articulação do joelho.
- 2- Em formato de infinito ou 8, enrole todo o coto, exceto em cima do joelho (para não comprometer a mobilidade do membro).
- 3- Finalize com uma fita branca.

PASSO A PASSO PARA COTO ACIMA DO JOELHO:

1. Comece passando a faixa por detrás da coxa do paciente até a virilha.
- 2- Em formato de infinito, comece a dar voltas, enrolando todo o coto.
- 3- Finalize com uma fita branca.



É importante que a pressão seja uniforme em toda a faixa, para que o paciente não sinta dores em áreas específicas. Caso isso ocorra, o procedimento deve ser repetido até que o incômodo desapareça.

Outro hábito recomendado é o de lavar as faixas elásticas a cada 2 dias.

Confira o passo a passo em nosso canal do YouTube: Hora do Amputado

CUIDADOS COM O COTO

Você deve cuidar diariamente do seu coto, fique atento a qualquer alteração. Abaixo, veja algumas dicas:

- Utilize espelhos para visualizar a parte posterior do coto.
- Lave o coto todos os dias com água e sabão neutro.
- Evite esfregar exageradamente o coto.
- Faça leves massagens todos os dias para inspecionar o coto.
- Cremes e óleos hidratantes podem ser utilizados à noite antes de dormir.
- Tomar banho de sol no coto de amputação de preferência no início da manhã ou final da tarde.

MEDIDAS PREVENTIVAS PARA CONTRATURAS

O surgimento de contraturas pode causar encurtamentos musculares e está diretamente relacionado às más posturas no pós-operatório.

É importante observar que as contraturas geram grandes dificuldades no início do processo de colocação das próteses e exigem do paciente e de seu acompanhante cuidados redobrados, principalmente na fase inicial da recuperação, logo após a amputação.

MASSAGEM PARA O COTO

Realizar massagem no próprio coto traz benefícios, como: estimulação, relaxamento e melhora na circulação do coto. Abaixo, algumas sugestões de movimentos:



Percutir com as pontas dos dedos, de forma suave e continuada.



Acariciar e massagear continuamente o coto com as mãos.



Pressionar com ambas as mãos o coto sempre de forma ascendente.

Lembrete: Sempre que notar aparecimentos de feridas, consulte seu médico!



Não deitar na cama com o coto flexionado ou para fora da mesma.



Não colocar almofada embaixo do coto, do quadril ou entre as pernas.



Não sentar com o coto flexionado.



Não sentar com as pernas cruzadas.



Não dobrar as pernas quando estiver deitado ou colocar almofadas na região lombar.



Não colocar o coto sobre apoio das mãos nas muletas e bengalas.

EXERCÍCIOS PARA PREPARAR O COTO

Os exercícios para tonificar e alongar são continuidade do tratamento pós-operatório do coto. Sua correta realização nas primeiras semanas permite evitar retrações musculares, as aderências cicatriciais e a diminuição da mobilidade articular. Devem ser previamente orientados por um profissional especializado.

Um coto tonificado permite um bom uso da prótese e, portanto, uma melhora considerável na marcha. De todas as maneiras, a melhor forma de potencializar os músculos do coto é iniciar o uso da prótese provisória tão logo esteja cicatrizado. Em geral, quanto mais cedo a protetização se inicia, melhor para o amputado.

Confira abaixo exercícios para alongamento:

Amputação acima do joelho



MOBILIDADE EM FLEXÃO

Tracionar a parte posterior da coxa em direção ao quadril.

Realizar 10 repetições.



MOBILIDADE EM EXTENSÃO

Deitado de barriga para cima, flexionar o outro lado. Esta flexão provoca um movimento posterior da pelve e um alongamento da articulação do quadril.

Amputação abaixo do joelho



MOBILIDADE EM EXTENSÃO

Com ajuda de um acompanhante, deve-se realizar uma extensão completa do joelho. Em alguns casos, o ombro deve ser utilizado para auxiliar na potencialização da ação.



EXERCÍCIOS PARA FORTALECIMENTO

01 EXTENSÃO DE JOELHO

Realizar movimento repetitivo de extensão completa do joelho, indicada a realização de 3 séries de 15 repetições por dia*.



02 EXTENSÃO DE QUADRIL

Realizar movimento repetitivo de extensão completa do quadril, indicada a realização de 3 séries de 15 repetições por dia*.



03 FLEXÃO DO JOELHO

Realizar movimento repetitivo de flexão do joelho, indicada a realização de 3 séries de 15 repetições por dia*.



04 EXTENSÃO DE QUADRIL

Realizar movimento repetitivo de extensão completa do quadril, indicada a realização de 3 séries de 15 repetições por dia*.

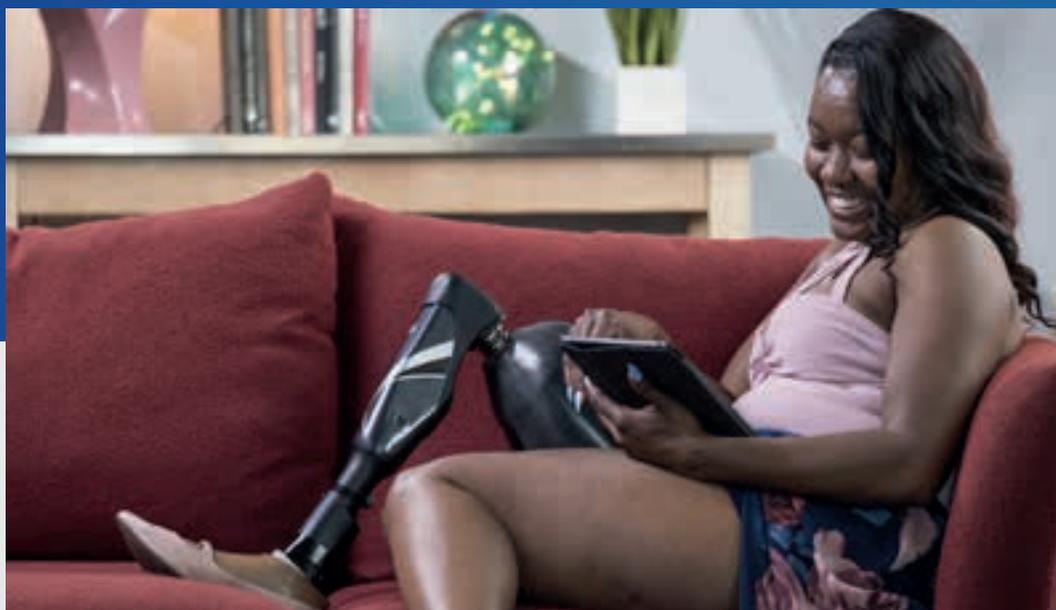


05 ADUÇÃO DE QUADRIL

Realizar movimento repetitivo de adução máxima do quadril, indicada a realização de 3 séries de 15 repetições por dia*.



* Os exercícios devem ser recomendados, ensinados e acompanhados por um profissional qualificado.



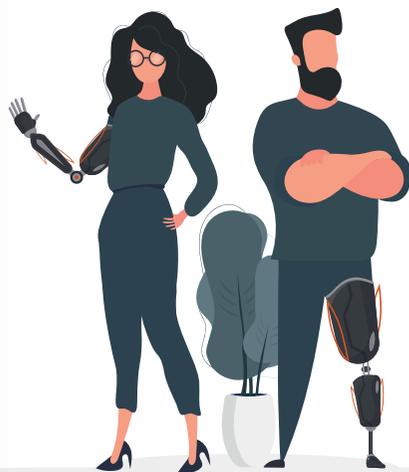
PRÓTESES

Ao longo dos anos, a finalidade da prótese foi se modificando. Se antigamente ela tinha acabamento cosmético, tentando apenas substituir esteticamente o membro amputado, hoje sua prioridade é ser funcional, possibilitando que o amputado não dependa de outras pessoas para realizar atividades diárias simples. Para que ela atenda às funções motoras do paciente, todos os componentes precisam ter um encaixe perfeito, o que torna o processo de protetização extenso em muitos casos. Para cada nível de amputação, há uma prótese correspondente.

NÍVEIS DE AMPUTAÇÃO

MEMBRO SUPERIOR

- Desarticulação de ombro
- Amputação transmeral e desarticulação de cotovelo
- Amputação transradial e desarticulação de punho
- Amputação parcial de mão



MEMBRO INFERIOR

- Desarticulação de quadril
- Amputação transfemoral
- Desarticulação de joelho
- Amputação transtibial
- Desarticulação de tornozelo
- Amputação parcial de pé

NOSSOS PRODUTOS E SERVIÇOS



A Ortovan está no mercado há 34 anos e conta com uma história linda e rica na reabilitação de amputados, confecção de próteses e órteses. Situada em Campinas, em um complexo com mais de 450m², possui salas específicas para cada atendimento, ambiente climatizado, estacionamento próprio e o que há de mais novo e tecnológico no que diz respeito a aparelhos e oficinas.

Contamos com uma diversificada linha de produtos de diversas marcas e serviços de qualidade para melhor atendê-los. Confira:



JOELHOS

Identifica diferentes fases da marcha e mudança de cargas.



MÃOS BIÔNICAS

Com movimento de todos os dedos, o usuário tem a precisão e naturalidade em suas aplicações.



PÉS

Os pés proporcionam benefícios fisiológicos para amputados, marcha equilibrada e simétrica.



REABILITAÇÃO

Reabilitação do paciente em 5 etapas: avaliação, indicação, treinamento, entrega e acompanhamento

Venha nos conhecer, agende agora mesmo uma avaliação sem compromisso!



HORA DO AMPUTADO

VÍDEOS NOVOS
QUINZENALMENTE

HORA DO AMPUTADO

por Junior Brito



Atualmente, vivemos na era da informação, mas, quando o assunto é amputação, nós vemos perdidos.

São poucas as páginas que possuem um conteúdo relevante, interessante e real para o amputado e seus familiares.

Dessa necessidade, surgiu o canal do YouTube, Hora do Amputado.

Vanderlei Brito Junior, formado em fisioterapia, palestrante e professor convidado de algumas instituições, juntou o desejo de agregar conteúdo para os amputado com um mercado carente de informações, dando vida ao canal.

Quinzenalmente, um novo vídeo está disponível, com conteúdos como dicas sobre produtos, processos, direitos do amputado, além de um bate-papo com outros profissionais.

A Hora do Amputado é um espaço no qual amparamos o amputado para que ele conheça os produtos disponíveis no mercado e saiba sobre suas opções independentemente em que marca, profissional ou clínica que será atendido.

Todos os processos descritos neste guia estão também nos vídeos em nosso canal, portanto, se você tem dúvidas sobre enfaixamentos, exercícios e outros temas, a Hora do Amputado é a melhor opção para você.

Acompanhe nosso canal no Youtube!



Amputação Infantil



Enfaixamento de coto para amputação transfemoral...



Enfaixamento de coto para amputação transtibial



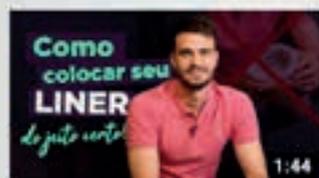
Encaixe em 40 minutos? Conheça o Direct Socket da...



5 coisas que todo amputado precisa saber antes de...



Joelhos biônicos Rheo Knee e Rheo Knee XC da Ossur



Como colocar o liner corretamente



Exercícios em casa para AMPUTADOS!



Cuidados com o seu coto #vidaeamputado #dicas

Aponte a câmera do seu celular para o QR Code ao lado e vá direto para nosso canal! Inscreva-se no canal e receba semanalmente dicas. Lembre-se de deixar seu like!





ORTOVAN
CENTRO DE PRÓTESE E ÓRTESE



www.ortovan.com.br



contato@ortovan.com.br



Rua José Paulino, 1948 - Vila Itapura | Campinas - SP



(19) 3237-4611 | 3233-3007



(19) 97162-4106



[facebook/ortovan](https://facebook.com/ortovan)