



**OMBRO
DOLOROSO
APÓS O AVC**



OMBRO DOLOROSO APÓS O AVC

Ombro Doloroso

O que é?

Dor moderada a intensa na região do ombro, sendo comum principalmente durante o primeiro ano após o AVC.



Quais são os sinais?

- Dor ao movimentar o braço;
- Dor ao mudar de posição;
- Dor em repouso.



Quais são os fatores de risco?

- Idade avançada;
- Necessidade de ajuda nas mudanças de posição no leito e nas transferências;
- Ignora / negligencia o lado do corpo afetado pelo AVC;
- Dificuldade para mexer um dos lados do corpo;
- Dificuldade para sentir um dos lados do corpo;



O que pode ser feito para prevenir a instalação desta dor?

- Mobilização precoce para prevenir contraturas;
- Mudanças frequentes de posicionamentos no leito, e quando estiver sentado;
- Orientação para proteção durante as transferências e deambulação quando presente.

Quais são os cuidados que devem ser instituídos?

Posicionamento no Leito



É importante que os pacientes estejam bem-posicionados no leito para:

- Prevenir o aumento do tônus (rigidez) muscular e deformidades;
- Estimular a circulação, ajudando a prevenir trombose, lesões de pressão na pele e edema de mãos e pés;
- Melhor a respiração, prevenindo complicações como a pneumonia;
- Aliviar a pressão sobre uma área corporal, evitando feridas na pele;
- Permitir o alinhamento articular;

Deve-se utilizar recursos como travesseiros, almofadas e coxins.

Agora vamos demonstrar como deve ser esse posicionamento correto no leito e quais cuidados devemos tomar:

Ensinar o paciente, quando possível a ser responsável com relação ao posicionamento.



Sentado

Colocar um travesseiro no colo do paciente ou sobre um apoio e posicionar o braço em cima.



Deitado sobre o lado não afetado

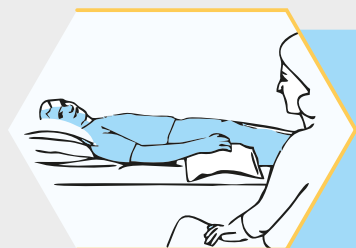
Pode ser colocado um travesseiro atrás do corpo para não rodar o tronco, um travesseiro entre as pernas e um sobre o braço do lado afetado, mantendo o braço na mesma altura do ombro.



Deitado sobre o lado afetado

Pode ser colocado um travesseiro atrás do corpo para não rodar o tronco, um travesseiro entre as pernas e posicionar o braço afetado na frente do corpo. Cuidar para o peso do corpo não ficar sobre o ombro afetado, pois o paciente pode não sentir o peso e machucar o ombro. Para isso, segurar atrás do ombro e puxar o ombro para frente.

Não puxar pelo braço, pois pode machucar o ombro.



Deitado de barriga para cima

Colocar um travesseiro embaixo do braço afetado em elevação para prevenir edema da mão. Não há necessidade de colocar travesseiro embaixo das pernas.

É importante o braço do lado afetado pelo AVC esteja apoiado em todos os momentos para não ocorrer uma lesão no ombro.

Além disso, o que pode ser feito?



Encorajar o paciente para a realização das tarefas das atividades da vida diária como alimentar-se, fazer sua higiene;



Quando estiver realizando sua refeição deixar o braço afetado em cima da mesa para que o paciente enxergue o braço;



Proporcionar simetria corporal (os dois lados do corpo iguais) quando estiver sentado. Se necessário apoiar o braço afetado em um travesseiro ou almofada;



Durante o transporte para exames e transferências deixar o braço protegido e próximo ao corpo. O próprio paciente pode segurar e proteger o braço com a outra mão.

Atividades que podem levar a lesões no ombro após AVC e assim causar a Síndrome do Ombro Doloroso:



▶ Puxar o paciente pelo braço afetado;



▶ Durante as transferências apoiar o paciente pelas axilas;



▶ Deixar o braço afetado pendurado ou sem apoio.

Se eu tenho dor no ombro, o que devo fazer?

01

Não utilize tipóias ou suporte de ombro sem que tenha sido prescrita e tenha recebido orientações sobre forma e tempo de uso.

02

Não deixe seu braço imóvel, isso pode piorar a dor e prejudicar a recuperação.

03

Converse com o médico sobre tratamentos medicamentosos (de preferência seu médico neurologista ou fisiatra).

04

Siga as orientações e mantenha **reabilitação** com profissionais especialistas da área de fisioterapia e terapia ocupacional, mesmo que estiver com dor, pois esta manutenção é importante para um melhor resultado no controle da dor e funcional.

05

Cuide sempre com os posicionamentos. Lembre-se: o maior responsável e beneficiado pela sua recuperação é você.

REALIZAÇÃO:



Saiba mais
sobre ABAVC!



www.abavc.org.br



/abrazilavc



/abavcoficial

ELABORAÇÃO:

Equipe da Unidade de AVC Integral do
Hospital Municipal São José de Joinville - SC

REVISÃO:

Ana Paula Marcelino

Fisioterapeuta - residente do segundo ano do PRM em Neurologia

Bruna Cadorin de Castilho

Fisioterapeuta - residente do primeiro ano do PRM em Neurologia

Fabiane Klitzke

Fisioterapeuta Preceptora do PRM em neurologia

Jane Rossi

Terapeuta Ocupacional

APOIO:



www.allergan.com.br