

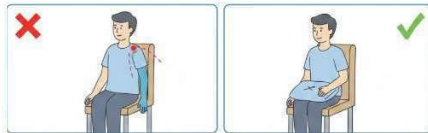
## COMO EVITAR DOR NO OMBRO HEMIPLÉGICO

### PRINCIPAIS CUIDADOS PARA EVITAR DOR:

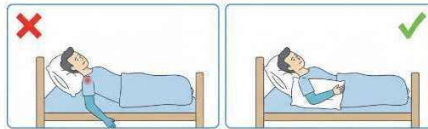
➡ Nunca puxar o paciente pelo braço afetado.



➡ Manter o ombro sempre apoiado, sentado ou deitado.



➡ Usar travesseiros de apoio no leito.



➡ Garantir alinhamento adequado do tronco e ombro



### POSICIONAMENTO ADEQUADO

➡ Sentado: apoiar o braço afetado em mesa ou almofada.



➡ Deitado de costas: apoiar o braço com travesseiro.



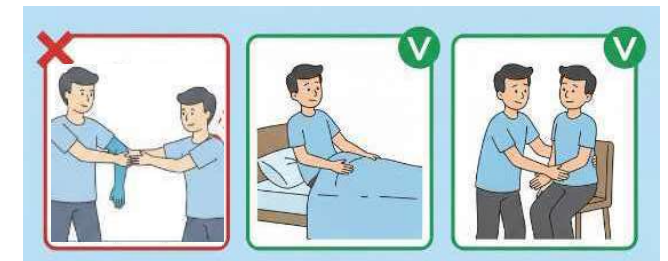
Deitado de lado: proteger o ombro e nunca deitar sobre ele sem suporte.



### MOVIMENTOS SEGUROS:



- Movimentos suaves, lentos e sem dor;
- Evitar elevação acima de 90° sem orientação;
- Sempre apoiar o braço durante exercícios;



- Nunca puxar ou tracionar o braço afetado.
- Apoiar o braço durante mudanças de posição.
- Ajudar o paciente pelo tronco, nunca pelo ombro.

➡ **BENEFÍCIOS DO CUIDADO:**

- Previne dor e subluxação.
- Aumenta conforto e segurança.
- Facilita a reabilitação.
- Reduz risco de lesões.