



<https://pixabay.com/pt/photos/pensionistas-idade-descanso-banco-1172274/>

Cartilha de Orientações e Cuidados a Higiene da Pessoa Idosa Institucionalizada

**Adriana Valéria da Silva Freitas
Tânia Maria de Oliva Menezes**



Frente Nacional de Fortalecimento à
Instituição de Longa Permanência
para Idosos
FN-ILPI REGIÃO NORDESTE

Dedicatória

Dedicamos esta cartilha a querida Irmã Dulce, por toda a sua trajetória dedicada ao cuidado do outro, especialmente aos idosos. Lembrando a sua frase: *“O amor supera todos os obstáculos, todos os sacrifícios. Por mais que fizermos, tudo é pouco diante do que Deus faz por nós”*.

OBJETIVO

Orientar sobre a higiene corporal e íntima da pessoa idosa nas Instituições de Longa Permanência para Idosos.

HIGIENE CORPORAL

Antes de prestar os cuidados de higiene corporal deve-se:

- Evitar correntes de ar
- Cuidar para que a porta do banheiro não possa ser trancada pelo lado de dentro
- Temperatura da água adequada

HIGIENE CORPORAL

- Não deixar a pessoa idosa sozinha, para evitar quedas
- Estimular, orientar, supervisionar e auxiliar.



https://lh3.googleusercontent.com/proxy/GtfrDKYFvTFI8zqa8Miy-kmNJ6GYwoKShq0A1bg885zwLyVAm7vMb_bojlalsrMYIttd1VRf4L_LqnOQrPf7jQ8MP79z8UwxZNRQ6-RA

HIGIENE CORPORAL

Lavar a cabeça, no mínimo, 3 vezes por semana, observando lesões no couro cabeludo.



<https://blog.dilaoliveira.com.br/wp-content/uploads/2019/06/237965-descubra-como-dar-banho-em-idoso-de-maneira-correta-e-segura.jpg>



<https://i.ytimg.com/vi/sGxeM8ULqwE/hqdefault.jpg>

HIGIENE CORPORAL



https://canalmaternal.com/wp-content/uploads/2017/10/Depositphotos_2891286_I-2015-1170x550.jpg

Observar se há necessidade de cortar as unhas dos pés e das mãos. Caso positivo, corte-as retas, com todo o cuidado, especialmente na pessoa idosa diabética.

HIGIENE CORPORAL



<https://terceiraidademelhor.com.br/dicas-para-cuidar-dos-pes-de-idosos/>

Após o banho, seque bem o corpo, principalmente as regiões de genitais, articulares (dobra de joelhos, cotovelos, axilas) e interdigitais (entre os dedos).

HIGIENE NA PESSOA IDOSA ACAMADA

- No banho no leito, proteger a pessoa idosa, evitando constrangê-la. Realizar a higiene, iniciando pela cabeça.
- Primeiro os olhos, rosto, orelhas e pescoço. Lavar os braços, tórax e a barriga, secando-os e cobrindo-os.
- Na região sob as mamas das mulheres, enxugar bem para evitar assaduras e micose.

HIGIENE NA PESSOA IDOSA ACAMADA

- Em seguida, passa-se para as pernas, secando-as e cobrindo-as.
- Lavar os pés com água e sabonete, realizando a higiene entre os dedos.
- As costas devem ser lavadas, secas e massageadas com óleo ou cremes hidratantes, para ativar a circulação.
- A higiene nas regiões genito-urinário e anal deve acontecer diariamente, e após cada eliminação, evitando umidade e assaduras.

CUIDADOS NO BANHO



https://lh3.googleusercontent.com/proxy/tS3V18vJQelbBi7mhWQZ75EpJZcDCO6pWYxkSrPSSXBxaKtleFI90hGiw4cvfb7X6GBfAx_xVo7Ra8AIMqSdEEWcZX8FJMY-IPO96WSGfHdPDUIAw

Evitar usar esponjas e buchas: reduz a proteção da pele e aumenta o ressecamento

Ao secar, a fricção deve ser suave, evitando o aparecimento de manchas roxas, principalmente no antebraço



<https://portalamigodoidoso.com.br/wp-content/uploads/2016/03/25.png>

IMPORTÂNCIA DA HIGIENE DAS MÃOS



https://cuidardospaisemcasa.com/wp-content/uploads/2017/11/idosos_higiene.jpg

Orientar a pessoa idosa lavar as mãos sempre que for ao banheiro e antes da alimentação

CUIDADOS COM A PELE DA PESSOA IDOSA ACAMADA

ASPECTOS IMPORTANTES A OBSERVAR:

- Coloração
- Ressecamento
- Umidade
- Hidratação: braços e pernas, principalmente abaixo dos joelhos são áreas mais ressecadas.



<https://www.avovo.com.br/hiperpigmentacao-manchas-de-idade/>

HIDRATAÇÃO

Benefícios:

- Ativa a circulação
- Reduz o ressecamento
- Impede a evaporação da umidade normal



<https://www.alugamed.com.br/blog/wp-content/uploads/2019/05/pele-idosos.jpeg>

CUIDADOS ESPECIAIS COM A PESSOA IDOSA ACAMADA

Uso de equipamentos de proteção individual durante o banho: luva, máscara, avental e touca. Trocar as luvas, quando for para outra pessoa.



http://www.fiocruz.br/biosseguranca/Bis/lab_virtual/epi-nb2.htm

CUIDADOS ESPECIAIS COM A PESSOA IDOSA ACAMADA



<https://pixabay.com/pt/photos/cuidados-paliativos-lado-a-lado-1794418/>

Cuidado durante a mudança de posição: observar grades de proteção, colocar em uma posição que gere conforto, evitar exposição.

ESTÍMULO AO AUTOCUIDADO

Mesmo acamada,
favorecer a pessoa
idosa realizar o que
consegue em sua
higiene.



<https://media.gazetadopovo.com.br/viver-bem/2015/10/bigstock-senior-woman-applying-anti-agi-694493052-600x439-74ef3250.jpg>

REFERÊNCIAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução RDC n° 283. Aprova Regulamento técnico para o funcionamento das Instituições de Longa Permanência para Idosos. Diário Oficial da União, Brasília, 27 set. 2005.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. Guia prático do cuidador / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2008.
- Sociedade Brasileira de Cardiologia. Cuidados com a Pele da Pessoa Idosa. Disponível em: <https://www.sbd.org.br/mm/cms/2019/03/18/cartilha2sbd-cuidados-da-pessoa-idosasite.pdf>



Esta cartilha foi produzida pela Frente de Fortalecimento às Instituições de Longa Permanência para Idosos. As orientações aqui sugeridas apoiam-se na Constituição Federal (1988), a qual subsidia a Política Nacional do Idoso (1994) e o Estatuto da Pessoa Idosa (2003).

Contato redes sociais:

@frentenacional.ilpi



Todos juntos pela Pessoa Idosa