

Após o AVC (Acidente Vascular Cerebral) o seu familiar depara-se com alterações nas suas aptidões motoras, uma das principais é caminhar.



Aconselhe-se com o seu fisioterapeuta. Ele ensinar-lhe-á quais as melhores estratégias para realizar marcha em segurança com o seu familiar!

DI/UCCI/068/Ver.01



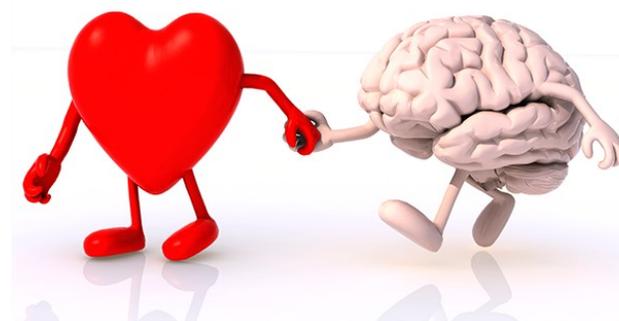
UNIDADE DE CUIDADOS CONTINUADOS
INTEGRADOS DE CANHA
Avenida dos Bombeiros Voluntários de Canha
2985-033 Canha

Tel: 265897978 | Fax: 265897979
Email: ucci.canha@gmail.com
Site: www.scmcanha.pt

INFORMAÇÃO A
FAMILIARES
E CUIDADORES



DEPOIS DO AVC
ALTERAÇÕES NA
CAPACIDADE DE LOCOMOÇÃO



MOBILIDADE APÓS AVC

AUXILIARES DE MARCHA

O utente pode utilizar diversos auxiliares de marcha. A escolha deve ser feita com o seu fisioterapeuta que saberá qual o mais indicado para a situação.

- Bastão de Marcha



- Bengala



- Andarilho



- Tripé/Quadripé



DURANTE A MARCHA

Opte por sapatos fechados (evite chinelos ou sapatos de solas lisas);

Ilumine bem o espaço;

Não apresse o seu familiar, dê-lhe tempo.

EM CASA

Evite tapetes e carpetes;

Reorganize os móveis para criar um espaço mais amplo;

Coloque barras de apoio nos corredores e casa de banho;

Opte por um corrimão nas escadas.



TÉCNICAS DE AUXÍLIO NA MARCHA

Coloque-se do lado afetado do doente;

Caso não use auxiliares de marcha, coloque a mão debaixo da axila e a outra na mão do doente;

Ordem de marcha (com auxiliar de marcha): 1º auxiliar de marcha, 2º membro inferior afetado e 3º membro inferior não afetado.

ESCADAS

Deve segurar firmemente o corrimão (com o membro não afetado);

Deve subir primeiro a perna sã;

Ao descer deve fazê-lo primeiro com a perna afetada;

O familiar deve auxiliar, colocando-se na lateral do utente (ficando um degrau abaixo para maior segurança).

