



Prevenção de Quedas

Você sabe qual o seu risco de queda?

Se não souber, pergunte à sua equipe de saúde.

- Pacientes idosos, com dificuldade de locomoção, ou que estejam usando alguns tipos de medicamentos têm maior risco de queda.
- Procure não caminhar sozinho: peça ajuda ao acompanhante ou à sua equipe de saúde.

Para evitar quedas:

- Procure usar sapatos apropriados (solado antiderrapante).
- Mantenha as grades da cama sempre elevadas.
- Levante da cama devagar.

Participe do seu cuidado!

Se você já sofreu uma queda anteriormente, avise a equipe de saúde.



PROJETO
**PACIENTE
SEGURO**



HOSPITAL
MOINHOS DE VENTO



PROADI-SUS
Programa de Atividade Ocupacional
Institucional do Sistema Único de Saúde



SUS

MINISTÉRIO DA
SAÚDE



Prevenção de Lesões por Pressão

As lesões por pressão são feridas que podem aparecer em lugares do corpo onde há uma saliência óssea.

Para evitá-las:

- Mantenha a pele hidratada passando algum creme.
- Tente se movimentar de tempos em tempos. Caso não seja possível sozinho, a equipe de saúde deve ajudar você a se movimentar a cada 2 horas.
- Se você estiver usando fralda, avise sempre a equipe para não permanecer com ela úmida por muito tempo.



PROJETO
**PACIENTE
SEGURO**



HOSPITAL
MOINHOS DE VENTO



PROADI-SUS
Programa de Apoio ao Desenvolvimento
Institucional do Sistema Único de Saúde



SUS

MINISTÉRIO DA
SAÚDE