



CUIDADOS GERIÁTRICOS EM SITUAÇÕES ESPECIAIS



Declaração de isenção de responsabilidade

A informação apresentada nesta página ou nos documentos baseia-se nos conhecimentos atuais e em informação que se limita à experiência da Médicos Sem Fronteiras, pelo que está condicionada à situação atual, urgente e excecional decorrente da epidemia de Covid-19.

Estas informações são soluções adaptadas, provisórias e excecionais, tendo em conta a falta de soluções homologadas e que cumpram os padrões exigidos, pelo que devem ser usadas apenas na ausência de informações, protocolos, procedimentos ou materiais homologados previstos pelas normas da Organização Mundial de Saúde ou do Ministério da Saúde.

Estas informações são publicadas para intensificar, ampliar e acelerar a resposta dos responsáveis e profissionais de saúde e pessoas da sociedade civil que estão envolvidos na resposta à epidemia.

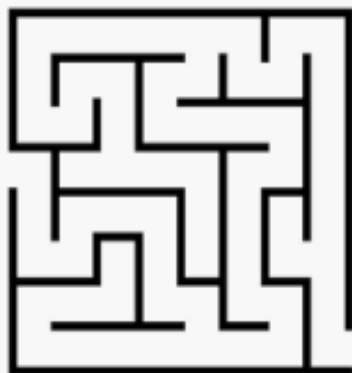
Estas informações não substituem a assistência médica profissional, nem as recomendações da Organização Mundial de Saúde ou do Ministério da Saúde.

A Médicos Sem Fronteiras não se responsabiliza pela correta implementação nem pelos resultados das soluções propostas nestes documentos.



TODO O PESSOAL QUE ENTRAR EM CONTATO COM PACIENTES CONFIRMADOS O COM SUSPEITAS DE COVID-19 deverá seguir o protocolo de prevenção de infeção.

1



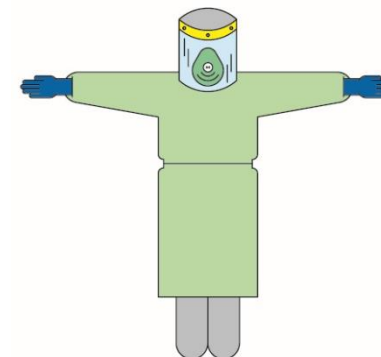
Respeitar os circuitos

2



Lavar as mãos com água e sabão antes e depois de prestar atenção direta

3



Utilizar o EPI apropriado

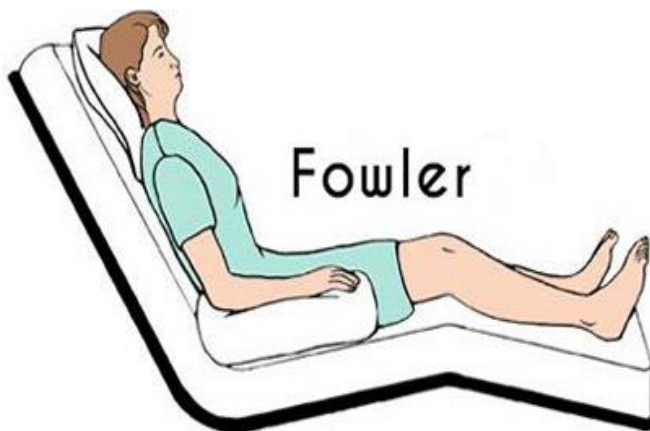
POSIÇÃO DOS DOENTES ACAMADOS COM COVID-19 E DIFICULDADES RESPIRATÓRIAS



POSIÇÃO FOWLER

Cama: 45° – 60°

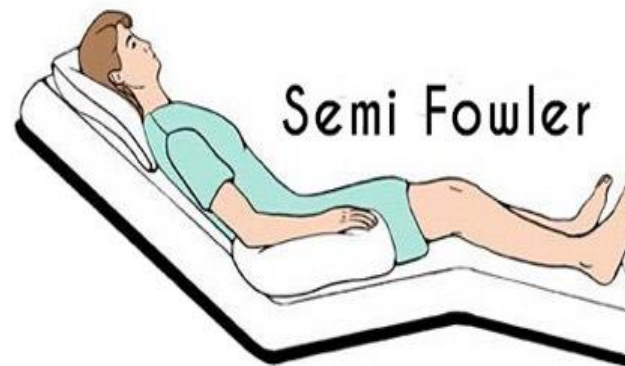
Favorece o relaxamento da musculatura abdominal e permite com isso que o doente respire melhor. Facilita a expansão máxima do tórax



POSIÇÃO SEMI-FOWLER

Cama: 30° – 45°

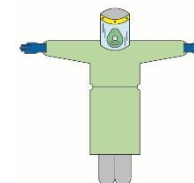
O doente permanece semi-sentado, com o tronco inclinado e os joelhos semifletidos.



Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



Recorda a importância de usar EPI completo com pacientes COVID-19 positivos ou suspeitos



SINAIS E SINTOMAS DO DOENTE GERIÁTRICO COM COVID 19



O doente geriátrico apresenta **características particulares** que requerem uma abordagem diferente relativamente à que usualmente se utiliza para avaliar a população adulta em geral.

Na epidemia/pandemia, verificou-se que os idosos são o grupo populacional mais afetado, já que normalmente apresentam condições que os tornam mais vulneráveis a doenças ou a stress.

Proporcionamos algumas recomendações que permitem a deteção antecipada de sinais e sintomas de alarme, aos quais é necessário dar especial atenção pois poderão ser um indicador de que o doente está infetado.



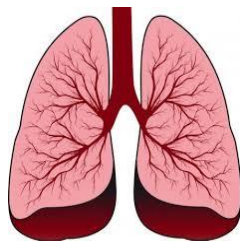


ATENÇÃO

**CONTATAR COM O PESSOAL MÉDICO
DO LAR OU COM O CENTRO DE SAÚDE ATRIDUÍDO SE HOVER SINAIS DE ALERTA**

RESPIRATÓRIOS

- Sat O₂ < 93 %
(normal: > 90%).
- FR > 30 (normal < 24 rpm).
- Coloração violeta-azul dos lábios ou dedos de mãos.



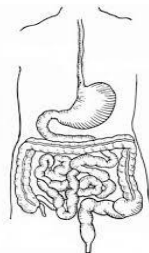
FEBRE

38 °C com mais de 6 h de evolução que não diminuem com antipiréticos
(normal < 37,2° C).



GASTROINTESTINAIS

Diarreia ou vômitos (sem tolerância a líquidos ou sinais de desidratação)

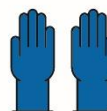


NEUROLÓGICOS

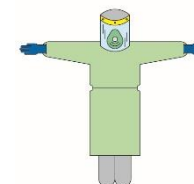
Nível de consciência alterado



Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos



MANIFESTAÇÕES CLÍNICAS DO DOENTE COM COVID 19



A apresentação clínica do COVID-19 é **variável**.



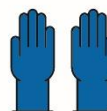
Febre	97.9%
Tosse seca	67.7%
Fadiga	38.1%
Produção de escarro	33.4%
Dispneia	18.6%
Mialgia o artralgia	14.8%
Dor de garganta	13.9%
Cefaleia	13.6%
Calafrios	11.4%
Congestão nasal	4.8%

Síntomas **atípicos** que ocorrem sobretudo em doentes imunocomprometidos e com fatores de risco.

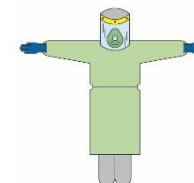


Náuseas ou vômitos	5%
Diarreia	3.7%
Hemoptise	0.9%
Conjuntivite	0.8%
Além de anosmia ou hiposmia (distúrbio do olfato)	

Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos



MANIFESTAÇÕES ATÍPICAS PREVALENTES NO IDOSO COM COVID-19



Os idosos podem apresentar manifestações clínicas diferentes do resto da população. Por exemplo, o sinal mais frequente da infecção por COVID-19 é a FEBRE.

ATENÇÃO

Os pacientes de idade avançada podem **NÃO** apresentar febre inclusive em infecções graves.

NÃO excluir os idosos **SEM FEBRE** se apresentarem outros sintomas.

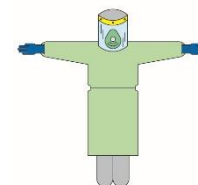
PRESTAR ESPECIAL ATENÇÃO AOS SEGUINTE SINTOMAS:

1. Suspeitos de qualquer "dispneia "
2. Sintomas gerais: Astenia, anorexia, mialgias
3. Cefaleia
4. Anosmia e ageusia (transtorno do paladar)
5. Sintomas gastrointestinais: náuseas e diarreia
6. Manifestação como doença cardiovascular (CV).

Recorda a importância do
uso de luvas com todos os
residentes



Recorda a importância de
usar EPI completo com
doentes COVID-19
positivo ou suspeitos



MANIFESTAÇÕES PREVALENTES NO IDOSO COM COVID-19



É a sensação de dificuldade respiratória ou falta de ar.

Como podemos identificar a dispnéia?

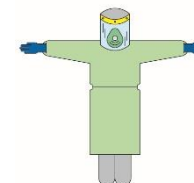
- Respiração audível e difícil
- Expressão de rosto angustiada
- Protrusão do abdômen e/ou tórax
- Sensação de asfixia
- Respiração rápida
- Cianose: coloração azul dos lábios e dos dedos
- Aperto no peito



Recorda a importância do
uso de luvas com todos os
residentes



Recorda a importância de
usar EPI completo com
doentes COVID-19
positivo ou suspeitos



MANIFESTAÇÕES PREVALENTES NO IDOSO COM COVID-19



ASTENIA

É o cansaço ou debilidade generalizada acompanhado de falta de energia e vitalidade, que reduz as capacidades funcionais da pessoa.

Como detetar astenia em anciãos?

- Não faz falta ter realizado um esforço prévio.
- A debilidade mantém-se mesmo havendo descanso.

MIALGIAS

São dores musculares o molestias que pueden afectar a diferentes músculos del cuerpo.

Como detetar mialgias em idosos?

- Presença de dor generalizada por todo o corpo difícil de identificar e de localizar, que se apresenta de maneira constante.

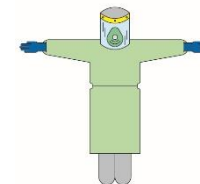
ANOREXIA

É a inaptência ou falta de apetite que se manifesta falta de apetite que se manifesta a menudo en la presencia de enfermedad.

Recorda a importância do
uso de luvas com todos os
residentes



Recorda a importância de
usar EPI completo com
doentes COVID-19
positivo ou suspeitos



MANIFESTAÇÕES PREVALENTES NO IDOSO COM COVID-19



A dor de cabeça é um sintoma que se refere a qualquer tipo de **dor localizada na cabeça**.

A dor pode ser localizada numa parte da cabeça ou pode afetar toda a cabeça em geral.

A intensidade da dor é geralmente **moderada ou intensa**, e quando ocorre com uma certa frequência pode ser incapacitante para o paciente, forçando-o a deitar-se.

Síntomas visíveis:

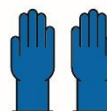
- Palpebras mais fechadas (edema palpebral).
- Palpebras caídas
- Lacrimejo
- Enrijecimento dos olhos
- Vertigem
- Diferenças entre a dilatação das pupilas

Síntomas que podem acompanhar a cefaleia:

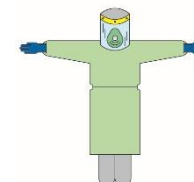
- Náuseas e vômitos
- Diarreia
- Dificuldades de concentração
- Fadiga, bocejo, lacrimejamento, nariz entupido.



Recorda a importância do
uso de luvas com todos os
residentes



Recorda a importância de
usar EPI completo com
doentes COVID-19
positivo ou suspeitos



MANIFESTAÇÕES PREVALENTES NO IDOSO COM COVID-19



ANOSMIA

É a **perda de olfato**.

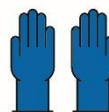
No caso do COVID-19, a apresentação ocorre geralmente de forma abrupta.

AGEUSIA

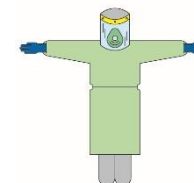
É a **perda do paladar**, que no caso do COVID -19 se produz em consequência da perda de olfato.



Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos



MANIFESTAÇÕES PREVALENTES NUM IDOSO COM COVID-19



NÁUSEAS

Sensação da necessidade de **vomitar**.

DIARREIA

É o aumento da **frequência, fluidez ou volume das fezes**, em comparação com o habitual no paciente, geralmente **mais de três evacuações por dia**.

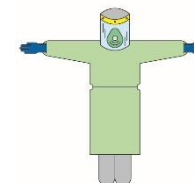
ATENÇÃO

A diarreia pode produzir **desidratação e perda de eletrólitos** e afetar o **estado nutricional** do idoso.

Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos



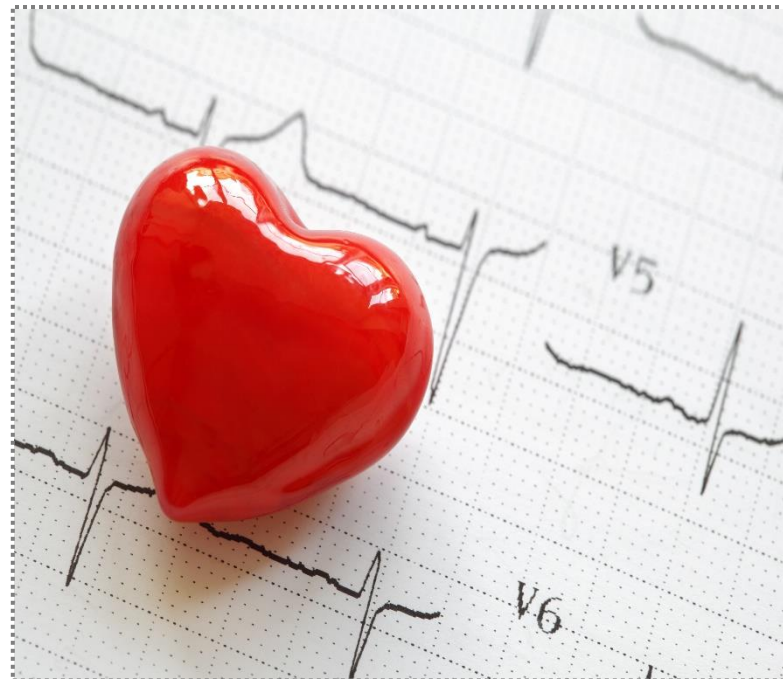
MANIFESTAÇÕES PREVALENTES NUM IDOSO COM COVID-19



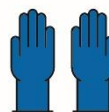
As evidências existentes sugerem uma associação entre a **doença Cardiovascular pré-existente e casos graves de infecção por COVID-19.**

É necessário tomar especial atenção com aqueles residentes que padeçam de qualquer tipo de doença Cardiovascular porque:

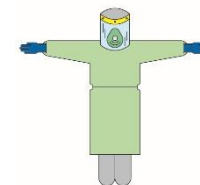
- Apresentam **maior risco de descompensação**
- Constituem um **grupo de risco elevado** para a infecção pelo que, as medidas de isolamento devem de ser especialmente restritas.



Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos





Observações de comportamento e exemplos

Expressões faciais	Verbalizaciones
Tristeza Franzir as sobrelhas Expressões distorcidas Pestanejar rápido	Soluços Respiração ruidosa Pedidos de ajuda Murmúrios Gritos
Mudanças nos relacionamentos pessoais	Mudanças da rotina
Agressividade Combatividade Redução dos relacionamentos sociais Condutas não apropriadas de acordo com a situação Retração social	Mudanças de apetite Recusa a comer Aumento dos períodos de descanso Mudanças do ritmo circadiano Cessaçã das rotinas habituais
Mudanças do estado mental	Movimentos corporais
Choro Lacrimejo Confusão	Rigidez Movimentos de balançamento Limitaçã de movimentos Posturas analésicas

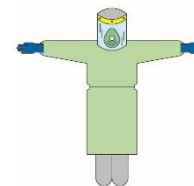
A dor é um sinal vital.

Deve de se avaliar sistemática e diariamente.

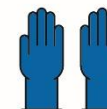
O manejo eficiente da dor requer avaliação da dor **ANTES** e **DEPOIS** de administrar analgésicos.

Em pacientes com deficiências cognitivas ou que estejam sob sedaçã, a avaliaçã da dor basear-se-á nas **observações de comportamento**.

Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos

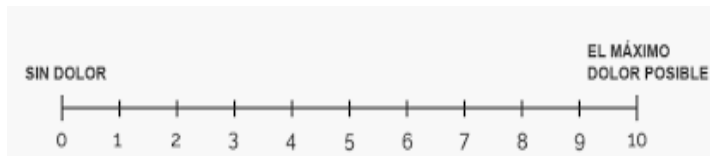


Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes

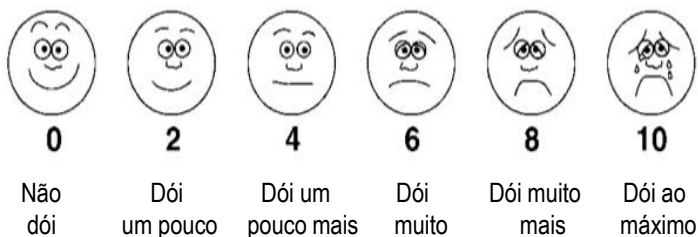




Escala numérica: avaliação com números desde o mais baixo ao mais alto, de acordo com a intensidade da dor, sendo 0 a ausência de dor e 10 a dor máxima.



Escala de expressão facial: aconselha-se em crianças e pessoas com transtorno da linguagem ou mental.



Escala visual analógica (EVA): o método subjetivo mais utilizado, com grande sensibilidade de medição e que requer maior capacidade de compreensão e colaboração por parte do paciente.

Consiste em uma linha reta ou curva, horizontal ou vertical, com 10 cm de comprimento. O nível mínimo e máximo de dor é indicado nos extremos da linha. O paciente deve marcar com uma linha o local que ele acredita que corresponde à intensidade da sua dor. A mais utilizada é a linha reta horizontal.



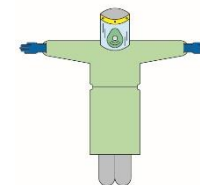
Sem dor

Máxima dor imaginável

Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos





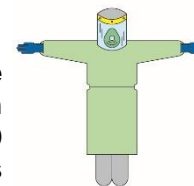
MEDIDAS DE CONTROLO DA DOR

- 1** **Monitorização da dor** usando a escala apropriada (ver ficha de avaliação da dor).
- 2** Administrar corretamente o tratamento médico prescrito. **Avisar a enfermeira caso não seja eficiente.**
- 3** **Assegurar medidas de conforto:** mudanças de postura, utilização de almofadas, roupa de cama limpa, ambiente da habitação agradável.
- 4** **Considerar administrar oxigénio em doses mínimas** (1 litro por narina) pode diminuir a ansiedade e acalmar a dor.
- 5** **Aplicar métodos alternativos:** massagens, aplicação de calor, fisioterapia, musicoterapia, técnicas de visualização e relaxamento.
- 6** **Empatizar e favorecer a comunicação a todo o momento.**

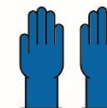
A dor é uma experiência sensorial e emocional complexa, que abrange percepções, emoções e comportamentos.

A gestão a dor é um indicador de qualidade de saúde. É multidisciplinar mas o cuidador tem um papel fundamental.

Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos



Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



GESTÃO DA FEBRE EM PACIENTES COM COVID-19 (I)



A febre é o aumento da temperatura corporal
acima dos 37,5 – 37,8 graus.

Valores normais: entre 36 e 37 graus.

Deve de se informar o médico para prescrição de
medicamentos e avaliação do paciente.

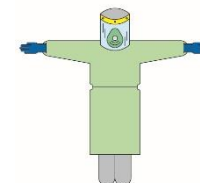
Deve de se ter em conta a temperatura basal da
pessoa como ponto de partida, já que os valores
poderão estar alterados.



**Recorda a importância do
uso de luvas com todos os
residentes**



**Recorda a importância de
usar EPI completo com
doentes COVID-19
positivo ou suspeitos**



GESTÃO DA FEBRE EM PACIENTES COM COVID-19 (II)



Técnica:

1. **Explicar** ao paciente o procedimento que se vai realizar.
2. **Colocar o termómetro** digital na região axilar, assegurando que a ponta está em contato com a pele seca.
3. **Colocar o braço** do paciente sobre o tórax e o abdómen. Se o paciente não poder segurar o termómetro sozinho, fazê-lo no seu lugar.
4. **Esperar** o mínimo de 1 minuto.
5. **Retirar** o termómetro, lêr a temperatura e proceder ao seu registo no gráfico de temperaturas.
6. **Desinfetar** o termómetro com solução alcoólica a 70% e retirá-lo completamente.

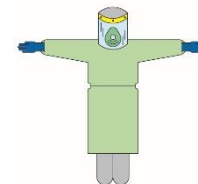
Cuidados:

1. **Manter o ambiente a uma temperatura média** e tolerada pelos pacientes (os adultos maiores termoregulam pior que os adultos de idade média).
2. **Suplementar com líquidos**, oferecer água frequentemente.
3. **Destapar** o paciente em caso de febre.
4. **Aplicar compressas de água morna** (nunca fria) sobre as seguintes superfícies cutâneas: testa, axilas e virilhas.
5. **Administrar medicamentos** para a febre segundo a prescrição médica. O paracetamol está recomendado, caso não esteja contraindicado para o paciente.
6. **Controlar** periodicamente a temperatura e o estado geral do paciente.

Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos





A pele do idoso é mais frágil e vulnerável. Apenas 4 horas de pressão mantidas no mesmo ponto são suficientes para gerar uma úlcera. As áreas mais vulneráveis são o cóccix, calcanhares, tornozelos e cotovelos.

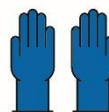


Zonas de riesgo

- Muy alto
- Alto
- Medio
- Bajo



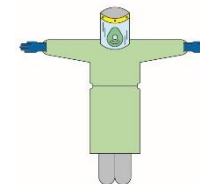
Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



MEDIDAS PREVENTIVAS

- 1** Mantenha a pele hidratada com a ajuda de cremes e óleos específicos.
- 2** Mantenha a pele limpa e seca: faça trocas de fraldas a cada 3 horas.
- 3** Faça alterações posturais a cada 4 horas: sente e deite na posição lateral e supina/decúbito dorsal.
- 4** Em pacientes acamados, use almofadas para diminuir a pressão nas áreas mais difíceis: sacro, calcanhares e cotovelos.
- 5** O primeiro sinal de uma úlcera por pressão é um avermelhamento da pele. Sendo isso identificado, informe imediatamente a equipa de enfermagem.

Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos



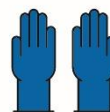
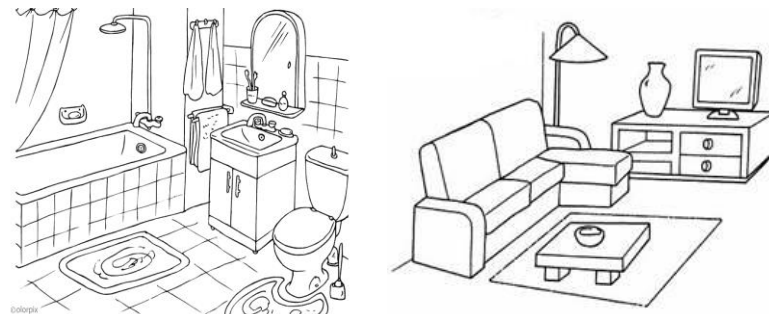


Com a idade, podem aparecer distúrbios neurológicos que fazem o paciente parecer confuso, desorientado ou até agitado. Certos medicamentos assim como a febre podem também estar na sua origem.

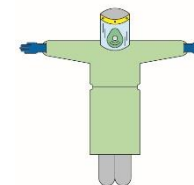
MEDIDAS PREVENTIVAS

- 1** Converse com o paciente com calma e com palavras simples.
- 2** **Crie um ambiente de confiança e conforto.** Coloque calendários, fotos, listas de tarefas e nomes de objetos comuns no seu campo de visão.
- 3** Coloque música relaxante. Evite que o paciente se aleije, bata ou caia. Impeça que aceda a objetos cortantes ou afiados.
- 4** Informe a enfermagem da necessidade de avaliar o paciente e descartar que a desorientação não tem origem orgânica: febre, desidratação ou medicação.

Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



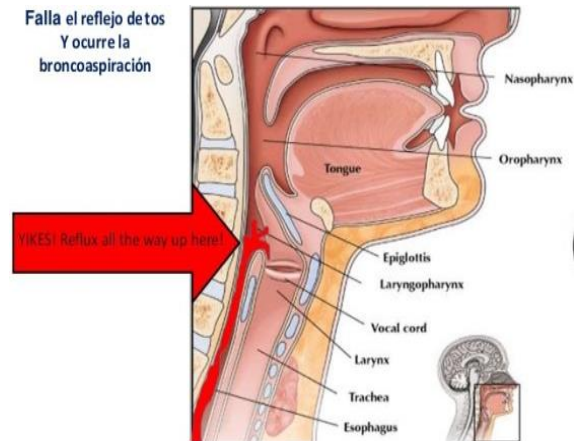
Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos





O QUE É A BRONCOASPIRAÇÃO?

- Consiste na aspiração acidental de sólidos ou líquidos pelas vias aéreas.
- Com a idade, o risco de broncoaspiração aumenta com a diminuição progressiva do reflexo da tosse, o responsável por impedir que os alimentos ou líquidos cheguem aos pulmões.
- **Uma broncoaspiração pode desencadear uma paragem cardíaca ou pneumonia.**

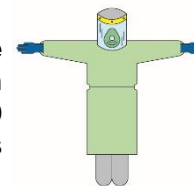


MEDIDAS PARA PREVENIR A BRONCOASPIRAÇÃO

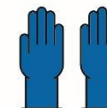
- Acomodar o **paciente (de forma a reduzir o risco de aspiração; sentado, com cama inclinada, etc).**
- Evitar alimentos que se desfazem facilmente como o pão.
- Os líquidos devem ser bebidos misturados com um espessante até conseguir uma textura cremosa.
- Se durante a ingestão o paciente começar a tossir, **é provável que tenha aspirado.**

Informar a enfermagem e monitorizar a respiração e a temperatura

Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos



Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes

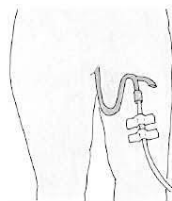




Manter a máxima higiene.

Lavar o cateter com água e sabão durante a higiene corporal do paciente. Ter cuidado para não dar puxões no mesmo.

O saco do paciente deve estar **sempre** abaixo do nível da bexiga e **nunca** deve tocar o chão. Fixar o tubo na perna com fita adesiva para evitar tração involuntária



ESVAZIAMENTO DO SACO DE URINA

Esvazie o coletor antes de encher até 2/3 da capacidade. Não espere que o saco esteja cheia. Para esvaziar o saco de urina:

1. Prenda o cateter, abra a torneira na parte inferior do saco e esvazie o conteúdo para um recipiente.
2. Feche a torneira e solte o cateter.
3. Troque o saco: prenda o cateter, limpe a conexão entre o cateter e o saco com gaze e desinfetante e desconecte o saco cheio para conectar imediatamente o novo saco.
4. Por fim, não esqueça de desconectar o cateter.

Monitorizar a quantidade e a aparência da urina.

Se a urina aparecer vermelha (com sangue) ou muito escura (colúria) ou turva (infetada), devemos informar imediatamente a enfermeira.

Podes ver como se faz:

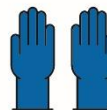
Mudança do saco (clic [aqui](#))

Esvaziamento do saco (clic [aqui](#)).

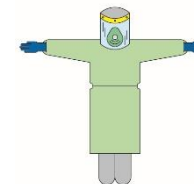


Beliscar antes de desconectar a sonda. Não esquecer de desimpedir ao terminar.

Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos





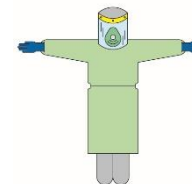
DIRETRIZES DE HIGIENE

1. Lave os órgãos genitais e a articulação meato-uretral a cada 12 horas.
2. Utilize água morna e sabão, pH 5-6 (neutro).
3. Nas mulheres, lave os lábios maiores e menores e o vestíbulo sempre atrás.
4. Nos homens, retraia o prepúcio para lavar a glande, assegurando que a pele é devolvida á situação anterior para evitar parafimose.
5. Remova qualquer encrustação no cateter ou vestígios de fezes na zona do cateter e tubo conector cateter-saco.
6. Seque bem a área com uma toalha limpa e destinada apenas para esse fim, seque com pequenos toques.
7. Evite contaminar o saco ao manusear a válvula de esvaziamento.
8. Troca do cateter vesical: deve ser realizado pela enfermeira.
9. Mudança do saco: somente pela enfermeira. Caso seja necessário e com uma técnica estéril, este é um sistema fechado e esta mudança não deve ser habitual. Se feita, a desinfecção é feita com álcool a 70% e não com anti-séptico (anti-sépticos são para a pele).

Recorda a importância do uso de luvas com todos os residentes



Recorda a importância de usar EPI completo com doentes COVID-19 positivo ou suspeitos



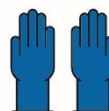


DETEÇÃO DE PROBLEMAS

- Enrijecimento da zona
- Supuração
- Urina túrbida
- Urina de odor forte.
- Micção dolorosa, frequente e com sensação de ardor (em pacientes sem cateter).
- Espasmo na região vesical e suprapúbica.
- Hematúria
- Dor nas costas
- Febre
- Escalofríos

**INFORMAR A
ENFERMEIRA
OU O MÉDICO**

**Recorda a importância do
uso de luvas com todos os
residentes**



**Recorda a importância de
usar EPI completo com
doentes COVID-19
positivo ou suspeitos**

