

SITUAÇÕES EM QUE O **TERAPEUTA OCUPACIONAL** PODE TE AJUDAR

**EM
LINGUAGEM
POPULAR!**

REABILITAÇÃO DO MEMBRO SUPERIOR

NÃO TENHO FORÇA PARA ABOTOAR MINHA CAMISA.

ESTOU CANSANDO MUITO RÁPIDO.

MACHUQUEI MINHA MÃO, GENTE.

ESTOU COM DIFICULDADE EM SEGURAR OS OBJETOS

EU POSSO AJUDAR!

SENTIR DOR, TER DIFICULDADE EM REALIZAR ATIVIDADES POR FALTA DE FORÇA NOS BRAÇOS PODE SER DESAGRADÁVEL, NÃO É MESMO? E SE VOCÊ CHEGAR A QUEBRAR, CORTAR OU QUEIMAR UM BRAÇO, UMA PERNA OU UM DEDO?

O TERAPEUTA OCUPACIONAL TEM A CAPACIDADE DE AVALIAR SUA DOR, FORÇA, COORDENAÇÃO DOS MOVIMENTOS, ATIVIDADES DO DIA-A-DIA QUE CANSAM O PACIENTE E PROPOR SOLUÇÕES PARA MELHORAR A SAÚDE FÍSICA COM ATIVIDADES ESPECÍFICAS;

O TO PODE TE AJUDAR COM ADAPTAÇÕES QUE FACILITAM A SEGURAR OBJETOS, LEVANTAR DA CAMA E TOMAR BANHO SEM RISCOS. PROCURE POR AUXÍLIO NO NÚCLEO AMPLIADO DE SAÚDE DA FAMÍLIA (NASF) OU NO HOSPITAL MAIS PRÓXIMO DA SUA CASA!

SE PRECISAR DE REABILITAÇÃO PARA VOLTAR A MOVIMENTAR E GANHAR FORÇA NAS MÃOS OU NOS BRAÇOS É SÓ PROCURAR UM TERAPEUTA OCUPACIONAL!

**EM SITUAÇÕES COMO ESTAS,
O TERAPEUTA OCUPACIONAL
PODERÁ LHE AJUDAR**

**PROCURE SEMPRE UM
TERAPEUTA OCUPACIONAL
PARA MAIS ORIENTAÇÕES.**

EVITE ATIVIDADES QUE CAUSEM DOR. PARE UM POUCO, FAÇA UM ALONGAMENTO E DEPOIS VOLTE À ATIVIDADE;

SE A ATIVIDADE QUE FOR FAZER NÃO PUDE SER INTERROMPIDA, CHAME ALGUÉM PARA AJUDÁ-LO;

USE ADAPTAÇÕES QUE TE AJUDEM A REALIZAR ATIVIDADES CORRIQUEIRAS EM CASA, COMO ABRIR POTES DE VIDRO;

USE SEMPRE OS BRAÇOS AO SEGURAR OBJETOS PESADOS. USAR SÓ AS MÃOS, PODE CANSAR.

NÃO FIQUE MUITO TEMPO PARADO EM PÉ. FAZER UMA ATIVIDADE SENTADO GASTA MENOS ENERGIA;

**O TERAPEUTA OCUPACIONAL É O
PROFISSIONAL DE NÍVEL SUPERIOR
ESPECIALIZADO EM DESENVOLVER
TECNOLOGIAS E ADAPTAÇÕES PARA
AUXILIAR O INDIVÍDUO COM LIMITAÇÕES E
INCAPACIDADES DE EXECUTAR SUAS
TAREFAS DE ROTINA: HABILIDADE DE
PEGAR, SOLTAR,
ESCOVAR DENTE, ALIMENTAR-SE, TOMAR
BANHO, ASSIM COMO NA ADAPTAÇÃO DE
AMBIENTES DOMÉSTICOS, VOLTAR A
DIRIGIR DE FORMA SEGURA E PARA O
RETORNO AO TRABALHO.**

APOIO:



SISTEMA COFFITO/CREFITOs
Sistema do Conselho Federal e Conselhos Regionais
de Fisioterapia e Terapia Ocupacional