



EM  
LINGUAGEM  
POPULAR

CASA SEGURA



# CUIDADO COM IDOSOS

## TERAPIA OCUPACIONAL

### Orientações da

Para mais orientações  
procure sempre um  
Terapeuta Ocupacional



*É de exclusiva competência do Terapeuta Ocupacional, no âmbito de sua atuação, avaliar as habilidades funcionais do indivíduo, elaborar a programação terapêutico-ocupacional e executar o treinamento das funções para o desenvolvimento das capacidades de desempenho das Atividades de Vida Diária (AVDs) e Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVDs) para as áreas comprometidas no desempenho ocupacional, motor, sensorial, percepto-cognitivo, mental, emocional, comportamental, funcional, cultural, social e econômico de pacientes.*

*Resolução do COFFITO, n.º 316, de 19/07/06.*

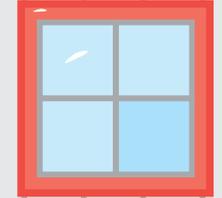
Apoio:



sa  
ura  
doso



Ca  
Seg  
do I



# Siga as seguintes orientações:

Utilize pisos antiderrapantes, tenha barras de apoio dentro do boxe e próximo ao vaso sanitário.

Recomenda-se que a altura do vaso sanitário esteja entre 43 a 45 cm, facilitando o sentar e o levantar.

Os degraus das escadas devem possuir fita antiderrapante, serem iluminados e bem sinalizados.

Deve-se ter corrimão dos dois lados, com início antes das escadas para melhor apoio.

Os móveis devem estar firmes e bem fixos, caso o idoso necessite se apoiar neles.

Cadeiras e poltronas com braços oferecem maior apoio. Os assentos devem ter altura entre 45 a 50 cm, não devem ser muito baixos ou macios, para facilitar o sentar e levantar do idoso.

Evite as maçanetas arredondadas, prefira as em forma de alavanca.

As portas devem ter uma largura mínima de 80 cm, para a passagem de andadores e cadeiras de rodas.

Se possível, utilize um banco firme, feito de alvenaria ou fixado dentro do boxe, para que o idoso tome banho e se enxugue sentado.

Disponha de ambiente amplo, evite o uso de tapetes e demais obstáculos que possam causar quedas.

As janelas devem permitir uma boa iluminação e ventilação do ambiente, sendo de fácil manuseio.

Tenha uma mesa de cabeceira para apoiar objetos como óculos, água, livros e chaves.

Possua um telefone próximo contendo os números de emergência de fácil acesso.

O quarto deve possuir iluminação adequada a possibilitar a ida do idoso ao banheiro durante a noite.

A cama deve ter altura adequada ao idoso, facilitando o apoio dos dois pés no chão durante o sentar e levantar.

Evite mudanças no ambiente e nos locais do mobiliário, isso ajuda a manter o idoso orientado e organizado, além de evitar quedas.

Opte por bancadas e pias com altura que possibilite manusear a comida ou lavar as louças sentado (80cm a 95 cm).

Armários devem estar ao alcance dos braços do idoso (50 cm a 150 cm de altura), isso evitará a necessidade do uso de bancos ou escadas para alcançar os objetos.

Caso o tapete seja indispensável, utilize um que possua antiderrapante para evitar quedas.

Priorize mesas e demais móveis com cantos arredondados, evitando lesões por atrito, uma vez que o idoso possui a pele mais sensível.

Evite objetos, fios e brinquedos no meio do caminho e prefira sempre um ambiente amplo e sem obstáculos.

