



VIII Congresso de Pesquisa e Extensão da FSG  
VI Salão de Extensão

<http://ojs.fsg.br/index.php/pesquisaextensao>

ISSN 2318-8014



## PROPOSTA DE CARTILHA DE ORIENTAÇÕES PARA PACIENTES ACOMETIDOS POR TRAUMA PÉLVICO

Franciele Giasson<sup>a</sup>, Bruna Eibel<sup>a\*</sup>, Caroline Bernardes<sup>a\*</sup>

<sup>a)</sup> Curso de Fisioterapia, Centro Universitário da Serra Gaúcha, Caxias do Sul, RS.

\*Caroline Bernardes e Bruna Eibel,  
endereço: Rua Os Dezoito do Forte, 2366 - Caxias do Sul - RS -  
CEP: 95020-472.

**Palavras-chave:**  
Fisioterapia. Trauma Pélvico.  
Orientações.

**INTRODUÇÃO:** A atual situação de Pandemia ocasionada pelo COVID-19 fez com que os estudantes e profissionais da área da saúde se posicionassem a frente disto, tendo em vista a importância do isolamento social neste período nos despertou uma grande preocupação em relação aos pacientes que se manteriam isolados em seu domicílio para preservar sua saúde e dos demais, evitando assim que vírus se propague. Desta forma como a mídia começou a introduzir assuntos relacionados a “telefisioterapia e telemonitoramento”, modalidade que os fisioterapeutas encontraram para continuar proporcionando atendimentos e monitoração dos seus pacientes através dos meios de comunicação como Facetime, Whatsapp ou até mesmo outras plataformas que possibilitam a comunicação através de vídeo-chamadas. **OBJETIVO:** Elaborar uma cartilha de orientação para pacientes acometidos por trauma pélvico. **MÉTODOS:** Assim, foram confeccionadas cartilhas explicativas e de fácil entendimento com orientações necessárias para dar suporte a este tipo de atendimento, com a proposta de orientar e instruir os pacientes em relação ao seu caso clínico, estabelecendo atendimentos que ocorrerão de forma online. A cartilha foi confeccionada a partir de buscas nas bases de dados Scielo, PubMed e Google Acadêmico, buscando os pontos relevantes da reabilitação pélvica para que pudéssemos adaptar e organizar a mesma. **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** As imagens foram inseridas para que a mesma ficasse autoexplicativa e ilustrada facilitando o entendimento do usuário. A cartilha foi dividida em três etapas: inicialmente foram introduzidas algumas orientações e cuidados que o paciente deverá ter no processo de recuperação, em seguida, informações importantes para prevenção de úlceras de pressão, escaras e o posicionamento correto de rolos e almofadas para minimizar o aparecimento das mesmas. Por fim, inseriu-se exercícios para ganho/manutenção de amplitude de movimento

(ADM), força muscular e metabólicos (Exercício 1 - com uma toalha faça um rolo e coloque embaixo dos pés, mova seus pés para frente e para trás após rode-os para um lado e para o outro; Exercício 2 – coloque o rolo feito com uma toalha embaixo dos joelhos, aperte o rolo para baixo em direção a cama e sustente contando até três, relaxe e repita novamente; Exercício 3 – movimento o pé para cima e para baixo, este você pode realizar várias vezes ao dia; Exercício 4 – dobre lentamente o joelho levando o calcanhar em direção as nádegas, após retorne suavemente o movimento esticando o joelho; Exercício 5 – mantenha o joelho esticado contraia os músculos da região anterior da coxa contando até cinco, em seguida relaxe e repita novamente; Exercício 6 – levante a perna mantendo o joelho esticado, deixando o joelho contralateral flexionado sobre a cama; Estes exercícios podem ser realizados com 10 repetições e aumentá-las conforme a capacidade do paciente). Os exercícios foram descritos de forma detalhada com instruções e imagens ilustrando como executá-los e também o número de repetições. Vale salientar que em todos os momentos citados o fisioterapeuta estará supervisionando e realizando ajustes conforme necessário. **CONCLUSÃO:** Conclui-se que, em tempos de isolamento social a telefisioterapia/telemonitoramento pode ser definida como a prestação de serviços de saúde usando tecnologias de informação e comunicação para o intercâmbio de informações válidas para o seu plano de reabilitação e orientações sobre o caso clínico do paciente, mas é importante salientar que nada substitui o trabalho presencial de um fisioterapeuta e a aplicabilidade de seus conhecimentos em contato direto com o indivíduo.

## REFERÊNCIAS

- SILVA, M. R. Efeitos Deletérios: Ausência da Cinesioterapia na Mobilidade Articular em Politraumatizado. *Fisioterapia em Movimento*, Vol. 21, N° 2, p.39-45, 2008.
- COMSTOCK, C. P.; MEULEN, M. C.; GOODMAN, S. B. Biomechanical comparison of posterior internal fixation techniques for unstable pelvic fractures. *J Orthop Trauma*. 1996;10(8):517-22.
- GUIMARÃES, J. M.; MENDES, P. H.; ROCHA, T.; OLIVERO, R. R.; CARDOSO, F. S. Associação entre fratura diafisária de fêmur e disjunção sacroilíaca em crianças. *Orto & Trauma: Discussões e Complicações*. 2007;4(8):15-8. Disponível em: <[http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/periodicos/ortotrauma\\_2007\\_ago.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/periodicos/ortotrauma_2007_ago.pdf)> Acesso em: 10, abril de 2020.
-