

CARTILHA PARA ORIENTAÇÃO DE CUIDADOR



ANS: nº 35.302-7

Unimed 
Sul Paulista

QUEM SOMOS?

NOSSA HISTÓRIA

O Serviço de Atenção Domiciliar (SAD) é definido como uma modalidade de atenção à saúde, substitutiva ou complementar as já existentes que envolvem ações de promoção da saúde, prevenção, tratamento, reabilitação e palição em domicílio, de forma integrada com as redes de atenção à saúde, disponibilizada aos beneficiários da Unimed Sul Paulista.



INDICAÇÃO E CRITÉRIOS DE ELEGIBILIDADE

- Preencher os critérios de elegibilidade através da avaliação realizada pela enfermeira do SAD, com o auxílio das ferramentas: escalas de ABMED e NEAD;
- Beneficiários acamados de todas as faixas etárias, com algum impedimento para deslocar-se a rede credenciada, portadores de doenças crônicas monitoráveis sem condições de exercer o autocuidado;
- Beneficiários identificados com internação de longa permanência, com condições de descontinuidade de tratamento no domicílio;
- No caso de intercâmbio solicitamos autorização prévia da Unimed de origem.

NOSSOS SERVIÇOS

SERVIÇO DE ATENDIMENTO DOMICILIAR

Disponibiliza atendimento assistencial, aos pacientes com incapacidades funcionais em se dirigir ao consultório ou rede credenciada.

ASSISTÊNCIA DOMICILIAR

Consiste como alternativa ao atendimento ambulatorial, indicado para pacientes que não necessitem mais de hospitalização e necessitem de visitas ou procedimentos periódicos, tais como: medicação endovenosas, curativos, coletas de exames e oxigenioterapia.

INTERNAÇÃO DOMICILIAR

Atendimento prestado no domicílio em substituição a hospitalização, com quadro clínico mais complexo e que necessite de equipamentos, tais como: ventilação mecânica e equipe multidisciplinar técnica especializada.

Informações de Coparticipação Unimed Sul Paulista

A tabela poderá ser alterada sempre que a Agência Nacional de Saúde Suplementar realizar atualizações no Rol de Procedimentos, portanto, acesse a tabela através do aplicativo Unimed SP - Cliente.

Em caso de dúvidas entre em contato:

Pessoa Física: 0800 778 7100

Horário de Atendimento: de segunda a sexta-feira das 7h às 17h45min.

Pessoa Jurídica: 3275-7144 | 3275-7119

Horário de Atendimento: de segunda a sexta-feira das 8h às 18h.

Cuidar de um paciente em casa exige dedicação, amor e conhecimento. Este guia foi criado para fornecer informações essenciais e práticas para familiares e cuidadores, garantindo o bem-estar e a qualidade de vida dos pacientes. Aqui, abordaremos desde a preparação do ambiente até dicas de alimentação e higiene, sempre visando o conforto e a segurança.

Prezado(a) cuidador(a),

Para que o cuidado ao paciente em casa tenha bons resultados, é fundamental sua participação atenta e cuidadosa, juntamente com o trabalho do serviço de Atenção Domiciliar. Estar com o paciente em casa, e não no hospital, possibilita maior autonomia a ele e sua família, ajuda em sua recuperação por estar em um ambiente mais acolhedor e próximo de familiares e amigos, além de evitar infecções hospitalares e liberar leitos de hospital para outras pessoas que precisem ficar internadas. A equipe do SAD estará sempre por perto para apoiar o cuidador em suas atividades e dúvidas. A seguir algumas dicas e cuidados para que o desafio de ter um familiar com limitações seja feito da melhor forma possível.

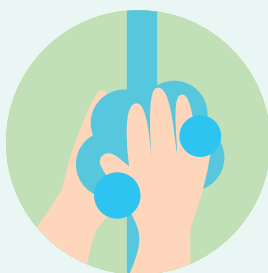
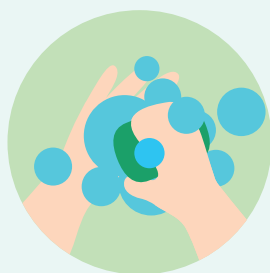
ATENÇÃO: Toda receita deverá ser solicitada com 5 (cinco) dias de antecedência.



CUIDADOS BÁSICOS

LAVAGEM DAS MÃOS

O hábito de lavar as mãos é de fundamental importância para todos nós, principalmente para o cuidador que está em contato direto com o paciente. A lavagem das mãos deve ser realizada antes e após cada atividade, principalmente se esta estiver relacionada com o paciente. Mantendo as mãos sempre limpas e as unhas curtas, evita-se transmissão de infecções de uma pessoa para outra. Para uma lavagem de mãos é importante o uso de sabão, o enxágue em água corrente e a secagem em toalha limpa e seca.



HIGIENE PESSOAL

O banho estimula a circulação e proporciona conforto físico e mental, devendo ser realizado diariamente, eliminando, assim, germes que causam doenças. O banho de chuveiro proporciona a higiene adequada, pois além de ser o mais completo e relaxante é o mais indicado. O banho de leito somente deve ser realizado quando o paciente apresentar dificuldades para ir ao chuveiro. Somente pacientes acamados devem permanecer de pijamas e camisolas durante o dia, os demais devem ser vestidos adequadamente, penteados e ter uma boa aparência.

Após o banho aproveite para utilizar cremes hidratantes e fazer massagens.

HIGIENE ORAL

Deve ser realizada sempre e, principalmente, após as refeições, antes de dormir e quando necessário. Quando o paciente fizer uso de próteses (dentadura), o cuidado deve ser maior, pois, esta deve ser retirada e escovada com escova dental, enxaguada em água, e recolocada após bochechos com água bicarbonatada ou anti-séptico bucal. Após limpar a boca da pessoa, hidratar os lábios com uma pomada própria ou manteiga de cacau para não racharem.

MUDANÇA DE DECÚBITO

A longa permanência no leito facilita o surgimento de sérias complicações pulmonares, além de proporcionar deformidades e o surgimento de úlceras por pressão. A mudança de posição no leito deve ser realizada com bastante frequência. Mesmo porque o paciente acamado necessita ser estimulado diariamente por meio de movimentos passivos e ativos para prevenir tais complicações.

Movimentos ativos: são aqueles realizados pelo próprio paciente.

Movimentos passivos: são aqueles que o cuidador realiza com as articulações dos membros superiores e inferiores do paciente, conforme as orientações da equipe. Muito importante, ao realizar a mudança de posição do paciente, verificar se os locais de maior pressão estão protegidos por almofadas ou por rolos improvisados com toalhas ou cobertores, para proporcionar certo conforto e bem-estar ao paciente, prevenindo o surgimento de úlcera por pressão.



SENTAR PACIENTE NA POLTRONA OU CADEIRA

Em casos que paciente auxilia:

1. Sentar o paciente na beira da cama e pedir a sua colaboração;
2. Abraçados, levantá-lo devagar;
3. Girar o corpo juntos;
4. Sentar devagar, dobrar as pernas e não forçar a coluna.

BANHO DE SOL

Os banhos de sol são indicados para todos os pacientes, independente desua patologia. Uma de suas propriedades é a de estimularsuperficialmente os tecidos que são fundamentais para a cicatrização, além de estimular a produção de vitamina D. O banho de sol deve serrealizado antes das 9h da manhã ou depois das 17h, com um tempo deexposição que varia de 15 a 30 minutos.

ÚLCERAS POR PRESSÃO

Conhecidas antigamente por escaras, as úlceras por pressão ocorrem em pessoas acamadas ou que ficam sentadas muito tempo na mesma posição, sem condições para movimentarem-se sozinhas. Elas são decorrentes de diminuição da circulação sanguínea nas áreas do corpo onde os ossos causam pressão nos tecidos moles, como músculo e pele.

Prevenção:

1. Usar placas de hidrocolóide em proeminências ósseas, nos pacientes de risco;
2. Reduzir áreas de pressão, utilizando colchão caixa de ovo ou de ar;
3. Fazer mudanças de decúbitos frequentemente;
4. Utilizar coxins, travesseiros, para amenizar áreas de pressão;
5. Manter panturrilhas e tornozelos apoiados em almofadas;
6. Realizar higiene íntima e/ou corporal sempre que necessário;
7. Promover hidratação da pele;
8. Não realizar massagem em preminências ósseas e áreas de pressão.

USO RACIONAL DE MEDICAMENTOS

O uso racional de medicamentos significa utilizar o medicamento adequado, nas doses corretas, pelo período necessário e a um custo acessível.

1 - RECOMENDAÇÕES NO USO DE MEDICAMENTO

- Leia com atenção as recomendações da receita e da bula.
- Antes de começar a usar o medicamento, saiba para que ele serve.
- Use os medicamentos nas doses, horários e pelo tempo recomendados.
- O alívio da dor ou o desaparecimento dos sintomas ou sinais não significa que deve ser interrompido o tratamento.
- Verifique se o medicamento é de uso interno (isto é, se é para tomar) ou de uso externo (pomadas, cremes, supositórios, solução (gotas) para uso nos olhos e ouvidos)
- Tome o medicamento somente com água.
- Não abra cápsulas ou mastigue comprimidos.
- Não ingerir bebida alcoólica durante o uso de medicamento.

2 - GRUPOS ESPECIAIS AO USO DE MEDICAMENTOS

- Gestantes e Lactantes: só devem utilizar medicamentos, sob prescrição de profissional habilitado.
- Crianças: Nem todo medicamento para adultos pode ser utilizado por crianças.
- Idosos: Os medicamentos atuam de forma diferenciada nos idosos, aumentando os riscos de intoxicação e de efeitos indesejados.

3 - CUIDADOS AO GUARDAR O MEDICAMENTO

- Ao adquirir o medicamento, solicite ao farmacêutico orientações.
- Os medicamentos devem sempre ser protegidos da luz, da umidade e do calor.
- Temperatura ambiente de 15°C a 30°C.
- Medicamentos termolábeis devem ser armazenados na geladeira em temperatura de 2°C a 8°C.
- Não deixe os medicamentos no banheiro, na cozinha ou no carro.
- Mantenha os medicamentos em locais seguro fora do alcance de crianças.
- Mantenha os medicamentos em sua embalagem original (caixa) e com a sua bula.
- Não tome medicamento vencido.

4 - NA CONSULTA MÉDICA

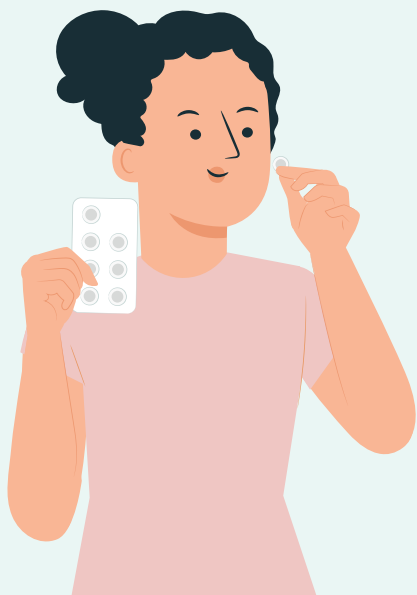
- Informe sobre os medicamentos (incluindo fitoterápicos e homeopáticos) que faz uso.
- Informe possíveis problemas que você já teve com algum determinado medicamento (tais como: dor de cabeça, enjoo, tontura, manchas na pele, tosse etc.).
- Diga se você é alérgico a algum medicamento.
- Fale sobre as doenças que alguns membros de sua família têm (diabetes, hipertensão etc.).
- Informe se você está ou pretende ficar grávida.

5 - TIRE AS DÚVIDAS QUANTO AO USO DO MEDICAMENTO

- Qual a dose (quantidade) a ser utilizada em cada tomada.
- Quantas vezes ao dia deverá usar cada dose.
- Por quanto tempo deve usar o medicamento.
- Quais os horários para utilizá-los.
- Como tomar? Antes ou depois de refeições etc.

A AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (ANVISA) TAMBÉM RECOMENDA OBSERVAR NA EMBALAGEM DO MEDICAMENTO:

- Número de Registro na ANVISA;
- Número de lote da caixa deve ser o mesmo impresso no frasco ou cartela,
- Data da Validade;
- Telefone para tirar dúvidas com o fabricante;
- Lacre de segurança;
- Registro do profissional da saúde.






Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde
www.saude.gov.br/bvs

Legislação em Saúde - www.saude.gov.br/saudelegis
<https://www.unimed.coop.br/site/web/fronteiranoroc-esters/uso-razional-de-medicamentos>
<https://www.unimed.coop.br/viver-bem/saude-em-pauta/serie-paciente-seguro-medicamentos>

ANOTAÇÕES

use para seus medicamentos habituais

MEDICAMENTO	DOSE	HORÁRIO
		<input type="checkbox"/>  MANHÃ <input type="checkbox"/>  ALMOÇO <input type="checkbox"/>  NOITE
		<input type="checkbox"/>  MANHÃ <input type="checkbox"/>  ALMOÇO <input type="checkbox"/>  NOITE
		<input type="checkbox"/>  MANHÃ <input type="checkbox"/>  ALMOÇO <input type="checkbox"/>  NOITE
		<input type="checkbox"/>  MANHÃ <input type="checkbox"/>  ALMOÇO <input type="checkbox"/>  NOITE
		<input type="checkbox"/>  MANHÃ <input type="checkbox"/>  ALMOÇO <input type="checkbox"/>  NOITE
		<input type="checkbox"/>  MANHÃ <input type="checkbox"/>  ALMOÇO <input type="checkbox"/>  NOITE
		<input type="checkbox"/>  MANHÃ <input type="checkbox"/>  ALMOÇO <input type="checkbox"/>  NOITE
		<input type="checkbox"/>  MANHÃ <input type="checkbox"/>  ALMOÇO <input type="checkbox"/>  NOITE

CONTATOS ÚTEIS

Serviço de Atendimento Domiciliar - SAD

(15) 99611-6701

Atendimento de segunda a sexta-feira das 8h às 17h.

Havendo necessidade de atendimento médico fora dos nossos horários de atendimento, realize a consulta através do seu computador, celular ou tablet por meio do PA digital.

Para se consultar pelo PA Digital basta acessar o site: www.estacaounimed.com.br ou ligue para os números: 3003-6241 | 4020-0246.



Em caso de urgência mantenha a calma e acione o SAMU.

**SAMU
192**

Deverá comunicar equipe do SAD ,se necessário passagem pelo PA e casos de internação.



**Em caso de dúvidas entre em contato:
Serviço de Atenção Domiciliar**

R. Doutor Coutinho, 733
Tel: (15) 3275-7101

Unimed 
Sul Paulista

ANS: nº 35.302-7