

**ORIENTAÇÕES
PARA MAIS
QUALIDADE
DE VIDA**

GUIA DERMATOLÓGICO



PRÓ-MEMÓRIA
Informação que faz a diferença!



NOVARTIS

Escrito por:
CERES ELOAH DE LUCENA FERRETTI
Coren-SP 65303

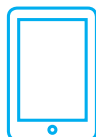
Enfermeira, Pós-graduada em Gerontologia Social,
Mestra em Neurociência e Dra. em Ciências pela
UNIFESP, Pós-doutoranda em Neurologia pela FMUSP.
Docente Saúde Mental, Adulto e Idoso da
Universidade de Taubaté.

Revisado por:
DRA. SONIA BRUCKI
CRM 62916

Prof. Livre Docente - Grupo de Neurologia Cognitiva
e do Comportamento - HC-FMUSP.



GUIA
DERMATOLÓGICO



Material disponível
também em
formato digital



CUIDANDO DA PELE

O processo de envelhecimento traz alterações em todos os órgãos e sistemas, não significando necessariamente doença. A pele constitui-se em barreira natural contra a invasão de micro-organismos que podem ocasionar doenças.

Na medida em que envelhecemos, os cuidados para manter sua integridade são maiores. E, observando as alterações que ocorrem com o passar dos anos, aprendemos a lidar com estas mudanças de modo que possamos prevenir lesões que podem se tornar graves, e mesmo levar ao óbito caso não sejam tratadas rapidamente. Vejamos quais alterações são estas e o que devemos fazer para manter sua integridade, já que a prevenção é a melhor medida a se adotar¹⁻³. Além disso, veremos como deve ser feita a aplicação do Exelon® Patch.

CARACTERÍSTICAS GERAIS



Pele: ocorrem alterações na textura, elasticidade, espessura, resistência a atrito, pigmentação (cor), secreção sebácea, conteúdo hídrico, presença de nervos, etc. As glândulas sudoríparas e sebáceas diminuem tornando a pele seca e áspera, ficando mais sujeita a variações de temperatura e infecções. Ocorrem ainda:

- Diminuição de melanócitos (células que dão cor à pele), que pode levar à palidez cutânea com aparência de anemia
- Aparecimento de manchas hiperpigmentadas (escuras) marrons, lisas e achatadas (manchas senis)
- A epiderme (parte externa da pele) fica mais fina e pequenos traumas podem provocar manchas vermelhas e rupturas
- Aparecimento de queratose seborreica (manchas escuras endurecidas e salientes)

Estas são as principais alterações sofridas pela pele ao longo do envelhecimento e para mantê-la saudável e íntegra é preciso tomar alguns cuidados.

ORIENTAÇÕES

GERAIS^{4,5}

Observe as sugestões a seguir:

- Manter hidratação tópica (creme hidratante) e sistêmica (tomar líquidos em quantidade suficiente, em torno de 1,5L a 2L por dia)
- Idosos não costumam aceitar água com facilidade e, assim, a melhor estratégia é colocar sabor na água, como:
 - Oferecer sucos de laranja, limão, melancia, abacaxi, chás de camomila, erva-doce, erva-cidreira; evitar chás mate e preto, pois são estimulantes do sistema nervoso central. Em casos de pacientes diabéticos, utilizar adoçante artificial
- Usar creme hidratante suave, após o banho, para manter a pele do corpo hidratada
- Evitar exposição ao sol sem o uso de protetor solar
- Usar roupas que facilitem a transpiração, como as de algodão
- Usar sapatos e sandálias confortáveis para evitar atritos e formação de bolhas nos pés
- Deve-se dar maior atenção à pele dos pacientes diabéticos, já que alguns apresentam perda de sensibilidade nos pés. Por esta razão, ao se ferirem não percebem, não sentindo dor
- Em caso de surgimento de bolhas, não furá-las, apenas proteger o local evitando atrito e manter hidratação
- Homens de pele sensível devem fazer a barba em dias alternados e hidratar bem a pele posteriormente
- Todos os pacientes que se mobilizam com ou sem auxílio devem receber estímulos para as caminhadas, ainda que sejam curtas
- Evitar longos períodos de imobilidade em poltrona ou leito
- Quando sentados, mobilizar os pacientes mais dependentes a cada 1h30 e realizar massagens circulares com movimentos suaves para ativar a circulação sanguínea
- Evitar lenços umedecidos para higiene íntima, preferir sempre água e sabonete neutro
- Evitar o uso de cremes e desodorantes caso perceba irritação da pele após o seu uso

Caso o médico opte pelo tratamento com o uso do adesivo sobre a pele, alguns cuidados devem ser tomados.

Onde aplicar o Exelon® Patch?

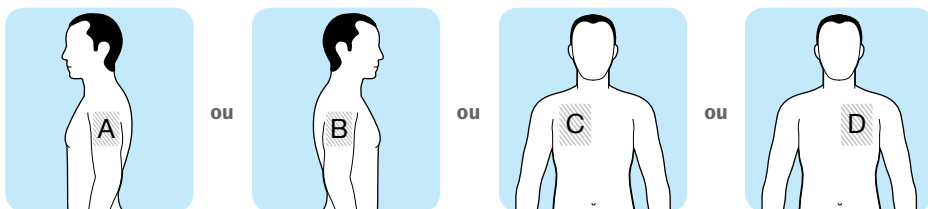
Antes de aplicar o Exelon® Patch, certifique-se de que a pele esteja:

- Limpa, seca e sem pelos
- Sem nenhum pó, óleo, hidratante ou loção que possa interferir na aderência apropriada do adesivo à pele
- Sem cortes, erupções e/ou irritações

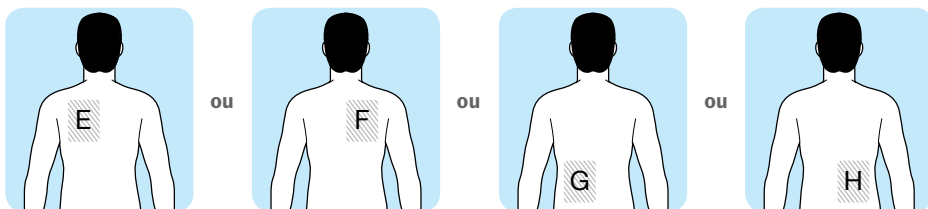
A cada 24 horas remova com cuidado qualquer adesivo de Exelon® Patch existente antes de colocar um novo. Ter vários adesivos no corpo poderia expô-lo a uma quantidade excessiva deste medicamento, o que pode ser potencialmente perigoso.

Aplicar APENAS UM adesivo por dia em APENAS UM dos seguintes locais:

Frente:



Costas:



- Parte superior do braço direito ou esquerdo
- Lado direito ou esquerdo do peito
- Costas superior direito ou esquerdo
- Costas inferior direito ou esquerdo

Evite lugares onde o adesivo pode ser deslocado por roupa apertada.

Ao trocar o adesivo, você deve remover o adesivo do dia anterior antes de aplicar o novo adesivo em uma parte diferente da pele (por exemplo, aplique um dia no lado direito do corpo e no dia seguinte,

no lado esquerdo). Não utilize um novo adesivo na mesma área do corpo, por pelo menos uma semana.

Como remover o Exelon® Patch?



Puxe gentilmente uma borda do Exelon® Patch para removê-lo completamente da pele.

Caso sobre resíduo de adesivo na pele, cuidadosamente molhe a área com água morna e sabão ou use óleo de bebê para removê-lo. Álcool ou outros líquidos dissolventes (removedor de esmalte de unha ou outros solventes) não devem ser usados.

- **Considere que a pele dos idosos é muito frágil e suscetível a lesões**, por isso, é preciso ter todo o cuidado ao retirar o adesivo. Nunca puxe o adesivo com movimentos bruscos e a seco. Umedeça a região (o horário do banho é ideal) e retire suavemente o adesivo da pele

- **Nunca puxar, pois o risco de “rasgar” a pele é alto**
- Idosos apresentam fragilidade de vasos capilares que se rompem com facilidade, causando manchas avermelhadas na pele. Aumente a oferta de alimentos ricos em vitamina C, que melhora a resistência dos vasos capilares
- Mantenha o paciente hidratado, ofereça líquidos à vontade, em torno de 1,5 L a 2 L/dia, em pequenas quantidades de cada vez. **Mas atenção! Cuidado com a oferta de “líquidos à vontade” se o paciente tiver prescrição médica de restrição de líquidos. Neste caso, seguir rigorosamente a prescrição feita pelo médico responsável**
- Pruridos (coceiras) podem ser causados por vestuário confeccionado com tecidos sintéticos, dê preferência às roupas de algodão ou tecidos antialérgicos
- Evite cosméticos com perfume forte, eles costumam produzir alergias
- Não use talcos, se aspirados inadvertidamente podem produzir alergias respiratórias

MAIS TARDIAMENTE...

A pele torna-se mais frágil e, por isso, mais propensa a lesões.

Porém lembre-se sempre:

Sua maior arma contra as escaras é a prevenção. Isto se faz através da observação rigorosa do paciente, de sua pele, da higienização e da mobilização.

ORIENTAÇÕES GERAIS⁶

Os aconselhamentos acerca dos cuidados gerais com a pele descritos anteriormente podem ser usados mais tardiamente, acrescidos de:

Úlceras por pressão (escaras)

- A higiene rigorosa da pele é a melhor medida para se prevenir ou deter a evolução de uma escara. Por isso, em caso de pequena lesão aberta, esta deve ser lavada com água e sabão e não sofrer pressão de nenhuma espécie
- Caso haja qualquer sinal de hiperemia (vermelhidão) na pele, proteger a região avermelhada com hidratantes, fazer massagens que irão ativar a circulação e, se possível, expor a região ao calor
- Se surgirem pequenas bolhas na pele, não se deve furá-las, e sim

proteger de atritos e hidratar a pele

- Não coloque sobre a lesão nenhum tipo de receita caseira, ensinada por amigos, vizinhos ou curiosos. Lembre-se, é o médico que após a avaliação terá condições de prescrever medicamentos e encaminhar para um profissional competente (estomaterapeuta), que fará a abordagem correta e curativos adequados a cada tipo e grau de lesão

Algumas causas são

- Desnutrição, desidratação, anemias, infecções, aparelhos gessados, má higienização e, a mais frequente, imobilidade
- Observe com atenção se o paciente está recebendo dieta e hidratação adequadas

- Mantenha a pele hidratada, utilizando loções hidratantes por todo o corpo após o banho
- Pacientes mais dependentes devem ter, sobre o colchão normal, o colchão caixa de ovo
- Os lençóis devem estar perfeitamente esticados sobre a cama, livres de pregas e rugas que machucam a pele
- A alimentação deve ser oferecida fora do leito, mas, se isso não for possível, eleve a cabeceira e, ao final, inspecione a cama para remover quaisquer resíduos de alimentos que, eventualmente, tenham caído durante a refeição
- Devem-se evitar pressões demoradas do corpo sobre a cama, especialmente em regiões com proeminências ósseas, como parte lateral do quadril e coxa, região do cóccix (final da coluna), ombros, entre os joelhos, cotovelos, tornozelos, calcanhar
- Posicionar o paciente na cama ou poltrona, com pequenas almofadas caixa de ovo nas regiões críticas
- Quando no leito, fazer mudança de decúbito (posição) de duas em duas horas
- Quando for trocá-lo, massagear a pele que está sofrendo pressão maior
- Quando estiver sentado, mantê-lo sobre uma almofada caixa de ovo e levantá-lo a cada duas horas, massageando a pele que está sofrendo pressão



PRÓ-MEMÓRIA
Informação que faz a diferença!

SOBRE O PRÓ-MEMÓRIA

O programa **Pró-Memória** tem o objetivo de disseminar hábitos saudáveis que complementam o tratamento prescrito pelo médico.

Através de plataformas e materiais diversos, além do suporte especializado de enfermeiras, o programa serve como uma importante fonte de informações para orientar o cuidador e melhorar a qualidade de vida dos pacientes.

Em caso de dúvida, ligue para
0800 770 8955 - opção 2
e fale com um de nossos atendentes.



NOVARTIS

Novartis Biociências S.A.
Setor Farma - Av. Prof. Vicente Rao, 90
São Paulo, SP - CEP 04636-000
www.novartis.com.br
www.portal.novartis.com.br

SIC - Serviço de informação ao Cliente
0800 888 3003
sic.novartis@novartis.com

BR1803802960
6344950 VS GUIADERMATOLOGICO 5,0 0616 BR
Material destinado exclusivamente a pacientes que receberam prescrição do medicamento e a profissionais de saúde habilitados a prescrever e/ou dispensar medicamentos. Data de produção: maio/2018. 2018 - © - Direitos reservados – Novartis Biociências S/A
- Proibida a reprodução total ou parcial não autorizada.