



Cartilha de reabilitação para quem já sofreu um AVC

Um paciente que sofreu um **AVC** pode apresentar **diversos tipos de limitações** por conta das **regiões cerebrais** que foram afetadas, e a **recuperação pode variar** de caso a caso.

A reabilitação **pós-AVC** é muito importante e é recomendada com início imediato junto ao **tratamento já determinado pelo médico**.¹



Dessa forma, é possível **tentar minimizar sequelas** e proporcionar um **retorno mais rápido do paciente** para suas atividades de rotina.¹

Existem alguns estágios do AVC que requerem tipos diferentes de reabilitação:²



Estágio Agudo

Aqui, o fisioterapeuta tem o objetivo de melhorar a função respiratória e a capacidade de tossir e deglutir. Muitas vezes o paciente ainda pode estar inconsciente e precisará de assistência para manter a função respiratória normal e remover as secreções.²



Estágio Intermediário

Esse estágio pode começar cerca de 24 horas depois do acontecimento do AVC. Assim que possível, o paciente e as pessoas que cuidam dele devem participar das decisões sobre os objetivos realistas que a reabilitação fisioterápica pode trazer. Os movimentos que o paciente consegue fazer por conta própria precisam ser identificados para que ele se torne um participante ativo da sua reabilitação.²



Estágio da alta e da transferência

Esse é o período mais crítico da reabilitação do paciente e requer uma conduta fisioterápica específica. Se o paciente ainda estiver hospitalizado, é preciso decidir se ele vai para casa ou para uma casa de repouso. O fisioterapeuta precisa fazer visitas ao paciente e estabelecer metas para que as habilidades motoras sejam mantidas quando estiver em casa.²

Na jornada de reabilitação...

- Diferentes profissionais podem estar envolvidos, como neurologistas, fonoaudiólogo e nutricionista.³
- É normal que a recuperação seja mais rápida nos primeiros meses.³
- Exercícios diários são fundamentais para a recuperação dos movimentos.³
- Adaptações no vestuário e no ambiente são necessárias para prevenir quedas.³
- Utilizar sapatos antiderrapantes, garantir boa iluminação e evitar tapetes são medidas importantes.³
- Adaptações no banheiro, como barras de apoio e tapetes antiderrapantes, garantem segurança.³



É muito importante seguir as **orientações médicas**, realizar o tratamento da **forma correta** e ter um acompanhamento multidisciplinar completo para sua **fisioterapia de reabilitação**.



Uma **rede de apoio** nesse momento pode ser extremamente importante. Caso a **fisioterapia** precise continuar em casa, com o apoio de familiares, não deixe de fazê-la para **reconquistar sua autonomia**.

Conte com o apoio do **Programa EMS Saúde** e da nossa rede de apoio com **serviços multidisciplinares para manter sua saúde em dia**.

Até breve!

Referências

1. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Diretrizes de Atenção à Reabilitação da Pessoa com Acidente Vascular Cerebral. 2013. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/diretrizes_atencao_reabilitacao_acidente_vascular_cerebral.pdf. Acesso em: 30 jan. 2024.

2. PIASSAROLI, Cláudia A. P.; DE ALMEIDA, Giovana C.; LUVIZOTTO, José C.; SUZAN, Ana B. B. M. Modelos de Reabilitação Fisioterápica em Pacientes Adultos com Sequelas de AVC Isquêmico. Faculdade de Ciências e Saúde da Vida, 2011. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/neurociencias/article/view/10341/7527>. Acesso em: 30 jan. 2024.