



UNIDADE LOCAL DE SAÚDE  
**AMADORA / SINTRA**

**Serviço de Medicina Física e de Reabilitação**



## **AMPUTAÇÕES DOS MEMBROS INFERIORES**



**ULS**  
AMADORA  
SINTRA

Serviço de Medicina Física e de Reabilitação

Localização: Piso 1, Zona Central

Contactos: 214 348 200 (Geral) | 214 348 483 / 4 (SMFR)



## **AMPUTAÇÃO TRANSFEMURAL**

INFORMAÇÃO PARA O/A UTENTE E FAMÍLIA

# O QUE É UMA AMPUTAÇÃO?

É a falta de um membro ou parte dele.

Este folheto tem por objetivo informá-lo/a e ajudá-lo/a no processo de reabilitação a que vai ser submetido.

Deste processo fazem parte vários elementos, dos quais sem dúvida o principal é você mesmo.

Depois de ter alta hospitalar e por indicação do/a seu/sua Médico/a assistente, iniciará o seu processo de reabilitação tendo inicialmente uma primeira consulta com o/a Médico/a Fisiatra. Este processo decorrerá no Serviço de Medicina Física e de Reabilitação.



## Resposta Emocional

É natural que após a amputação experimente sentimentos desagradáveis de tristeza e revolta. É importante saber que estes sentimentos são normais e tendem a desaparecer à medida que as pessoas se adaptam a esta nova situação e se tornam mais participativas no processo de reabilitação.

Não hesite em falar dos seus problemas com os membros da equipa que o acompanham, pois certamente poderão ajudá-lo/a.

### Documentação necessária para obtenção do Dístico de Deficiente.

Dístico de deficiente: actualmente a designação é Cartão de Estacionamento para Pessoa com Deficiência (ver <https://www2.gov.pt/servicos/pedir-o-cartao-de-estacionamento-para-pessoas-com-deficiencia>)

Apenas tem direito ao Dístico o/a utente que apresentar comprovativo de deficiência motora com incapacidade igual ou superior a 60% comprovado por atestado multiusos.

## Documentação necessária para alterações e adaptações em veículos particulares.

Apenas tem direito ao Dístico o utente que apresentar comprovativo de deficiência motora com pelo menos 60% incapacidade.

- **Requerimento** – Impresso modelo 13/IMTT preenchido e assinado pelo requerente a caneta preta;
- **Atestado médico de incapacidade multiuso**, passado pelo/a Delegado/a de Saúde da área de residência, onde deve constar o grau de incapacidade e natureza da deficiência (superior a 60%)
- **Fotocópia de Bilhete de Identidade/Cartão de Cidadão** apresentada num dos lados de uma folha A4 e da Carta de Condução se for habilitado/a (nos mesmos moldes);
- **Cartão de Deficiente das Forças Armadas** emitido pelo ministério da Defesa Nacional no caso de pessoas com deficiências das Forças Armadas ou a ela equiparadas.

Para mais informações contactar o Instituto da Mobilidade e dos Transportes  
email: (<http://www.imt-ip.pt>)  
telefone: +351 217 949 000.

## CONCLUSÃO

Nem todos os doentes amputados terão indicação para usar prótese, porque em alguns casos pode dificultar a sua função. As actividades diárias incluindo a marcha, deverão ser efectuadas com o menor esforço e com a maior independência possível.

O objectivo da Equipa de Reabilitação é proporcionar aos doentes amputados, o máximo de autonomia para uma melhor qualidade de vida.



## Terapia Ocupacional

A Terapia Ocupacional avalia, trata e habilita indivíduos com problemas físicos (amputados) ou outros, utilizando técnicas terapêuticas em atividades selecionadas de acordo com os objetivos terapêuticos do programa de tratamento.

O principal objetivo da Terapia Ocupacional é ajudar a pessoa que sofreu uma amputação a conseguir realizar (tão depressa quanto possível) as atividades da vida diária: vestir, despir, tomar banho, atividade profissional e de lazer.

O trabalho terapêutico conjunto facilitará a reabilitação do indivíduo.

### Documentação necessária para alterações e adaptações em veículos particulares.

- As alterações do veículo podem ser recomendadas após consulta no Centro de Medicina e de Reabilitação de Alcoitão.
- Centro de Mobilidade do Centro de Medicina de Reabilitação de Alcoitão, com credencial enviada pelo/a médico/a de família ou médico/a fisiatra.
- Declaração do representante da marca assegurando-se que as alterações que irão ser realizadas no veículo, são compatíveis com o mesmo;
- Termo de responsabilidade da oficina ou entidade que irá realizar as adaptações;
- Fotocópia do Documento Único do Automóvel(DUA).

## Sensações após a amputação

Após a amputação é comum a existência de “sensações” no membro amputado.

Pode ter dor na zona da cicatriz devido à cirurgia, mas a sensação mais comum que os/as doentes referem é aquela em que lhes parece que o segmento amputado ainda lá está — é o chamado “membro fantasma”.



### ALTERAÇÕES SENSITIVAS/MOTORAS

Cãimbra

Choque Elétrico

Picada

Queimadura

O/A utente refere ter a sensação que ainda sente na região que foi amputada formigueiros, calor, frio ou dor (muitas vezes reproduzindo a dor que sentiam antes da amputação).

Estes sintomas incómodos melhoram substancialmente com a massagem do membro amputado, a colocação da ligadura de contenção, a manutenção da vida ativa e, se indicado, a adaptação a uma prótese.

Os casos de membro fantasma doloroso são frequentes após a cirurgia, mas tendem a desaparecer com o tempo. Se tiver sintomas deste tipo fale com o/a seu Médico/a Fisiatra ou com o/a seu/sua Fisioterapeuta. Com a ajuda de medicação e/ou técnicas específicas de fisioterapia pode tornar-se mais rápido o seu controlo.

## Cuidados a ter após uma amputação

- **Não utilize a ligadura durante a noite** ou quando dormir a sesta.
- **Vigie o membro** cuidadosamente cada vez que fizer a ligadura de novo.
- Utilize um espelho para **inspecionar a parte de trás da membro amputado**.
- Se surgirem **zonas vermelhas e permanecerem mais de 30 minutos, não coloque a ligadura** e alerte o/a seu/sua Médico/a ou Fisioterapeuta.
- Tente colocar sempre a ligadura como lhe foi ensinado pelo/a seu/sua Fisioterapeuta.
- **Não coloque a ligadura muito apertada** pois pode prejudicar a sua circulação sanguínea.
- A ligadura deve ser trocada e lavada diariamente.
- **Lave a sua ligadura à mão** com água morna e sabão neutro.
- Retire o excesso de água com uma toalha turca e ponha a **secar em cima de uma superfície plana**.
- **Não pendure no estendal a ligadura e não a deixe a secar ao sol** pois poderá ficar larga.



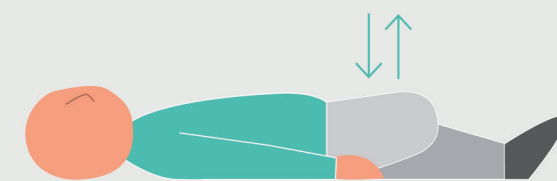
## Ligadura de Contenção

Logo que o seu membro amputado esteja cicatrizado, deverá começar a aplicar uma ligadura elástica. Esta ligadura tem como objectivo diminuir o volume do membro amputado, ajudando a reduzir o edema e a ganhar uma forma mais correcta.

**A colocação desta ligadura ser-lhe-á ensinada pelo seu/sua terapeuta.**

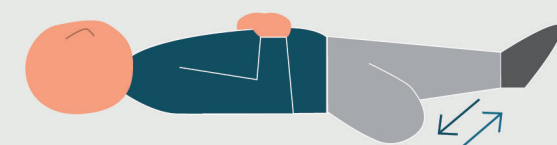
### Exercício 5 (repita 20 vezes)

De barriga para cima, levante a perna amputada para cima e para baixo. Não coloque pesos em cima do joelho.



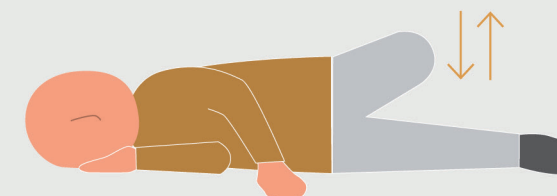
### Exercício 6 (repita 20 vezes)

Deitado/a de barriga para cima, abra e feche a sua perna para para o lado, como indicado na figura.



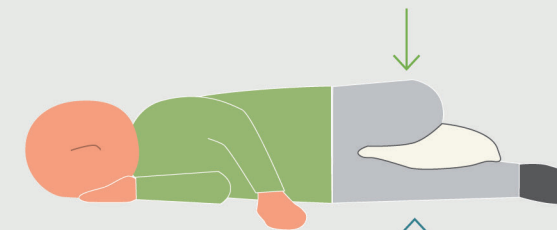
### Exercício 7 (repita 20 vezes)

Deitado/a de lado e com a perna amputada voltada para o tecto, levante a sua perna para cima.



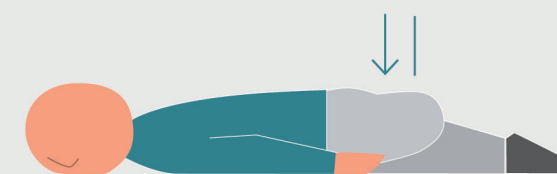
### Exercício 8 (repita 20 vezes)

Deitado/a de lado e com a perna amputada voltada para o tecto, traga a sua perna para baixo e aperte a almofada com força.



### Exercício 9 (repita 20 vezes)

Deitado/a de barriga para baixo, levante a perna amputada para cima de modo a sentir os músculos das nádegas a trabalhar.





## EXERCÍCIOS

Depois de ter sido examinado/a pelo/a médico/a fisiatra e pelo/a seu/sua fisioterapeuta, deverá iniciar um programa de exercícios com os seguintes objetivos:

1) Manter as articulações com boa mobilidade; 2) Fortalecer os músculos; 3) Manter uma boa circulação para evitar o edema 4) Evitar contraturas musculares.

Os exercícios que vamos descrever devem ser utilizados enquanto estiver internado/a e continuados por si no domicílio logo após a alta hospitalar.

Enquanto executar os exercícios, não se esqueça de respirar conforme o/a seu/sua fisioterapeuta lhe ensinou.

### Exercício 1 (repita 20 vezes)

Treino na posição sentado, sem nenhum encosto ao nível das costas nem ao nível das pernas.



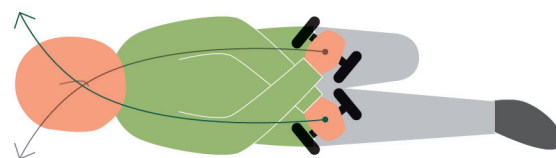
### Exercício 2 (repita 20 vezes)

Com os cotovelos esticados, levantar as nádegas da cadeira de rodas.



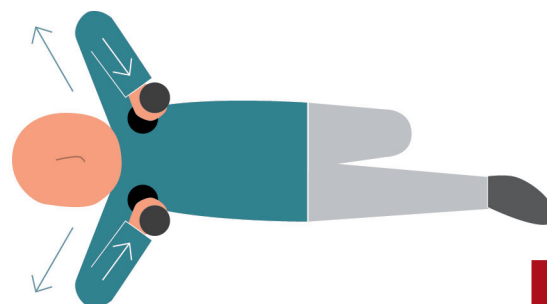
### Exercício 3 (repita 20 vezes)

Descruze os cotovelos em frente ao nariz com os pesos, halteres ou outros objetos.



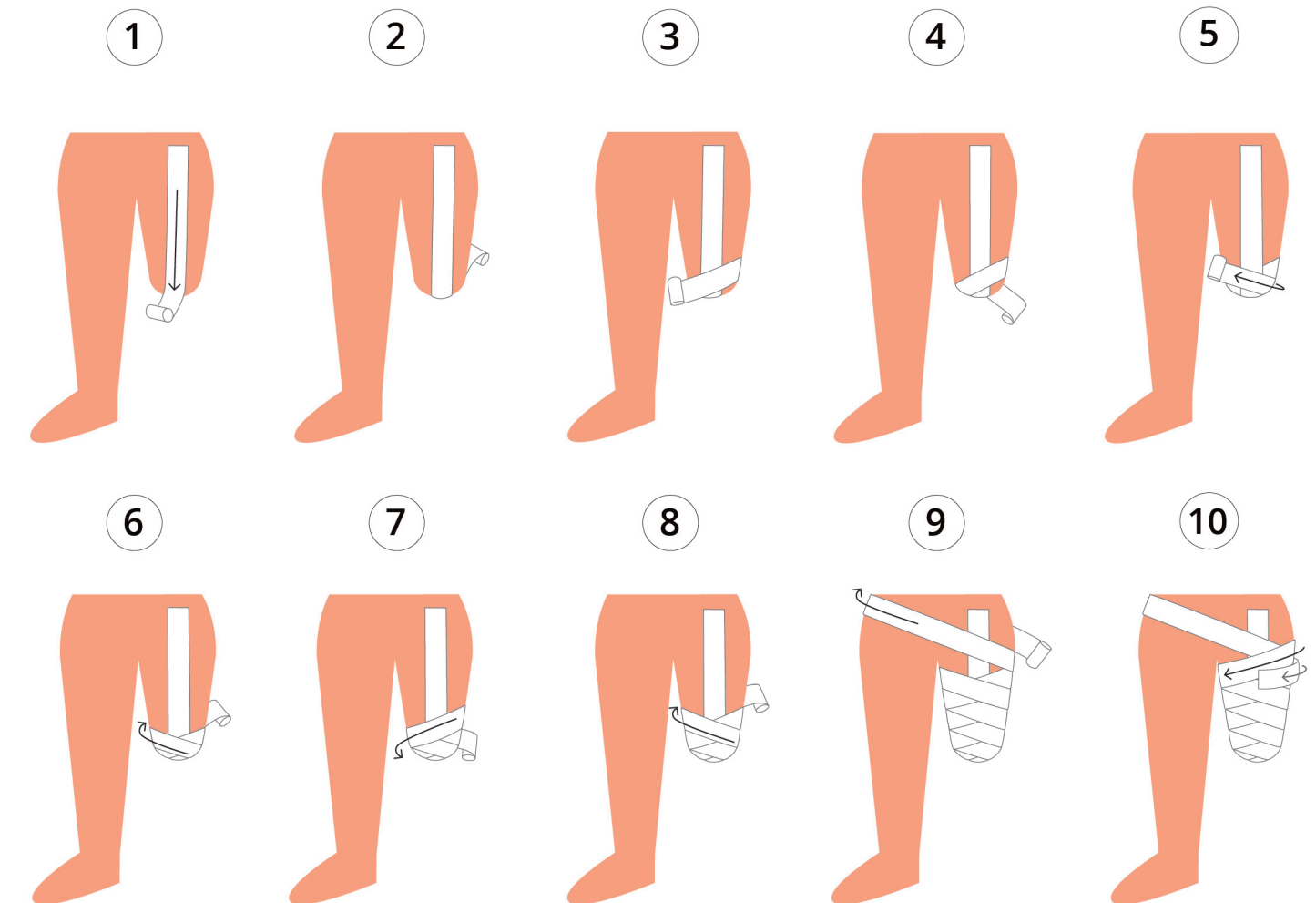
### Exercício 4 (repita 20 vezes)

Abra e feche os braços na direção indicada da figura, com pesos, halteres ou outros objetos.



## Colocação de ligadura em amputações membro inferior

Caso a ligadura se enrole ou uma das pontas lhe fugir, desenrole tudo e recomece o processo do início. No fim, a ponta da ligadura deve ser presa na parte da frente da perna.



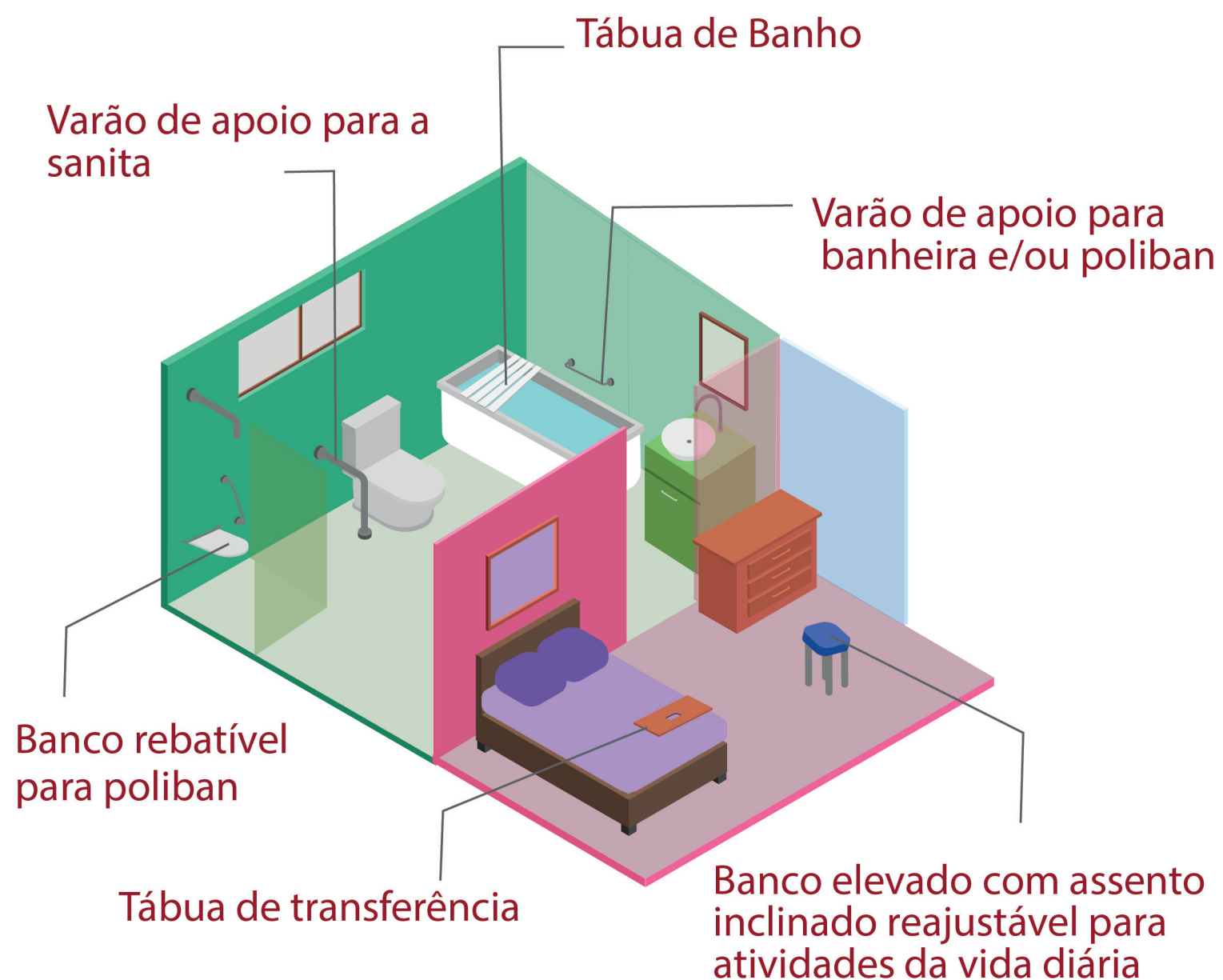
### É muito importante ter alguns cuidados com o membro amputado e com o outro membro:

- Não utilize sabonetes ou cremes com cheiros fortes pois podem ser agressivos para a pele.
- Mantenha a pele sempre lavada e bem seca.
- Aplique um creme hidratante diariamente para evitar que a pele seque e fique gretada.
- Inspecione a pele do membro amputado e do pé diariamente. Utilize um espelho para as zonas de difícil visualização.

- Não ande descalço.
- Use meias largas para dormir e use sempre sapatos quentes e meias durante o tempo frio.
- Não se sente com as pernas cruzadas. Esta posição poderá prejudicar a sua circulação.
- Use sapatos apropriados aos seus pés. Quando comprar sapatos novos, não os utilize mais do que meio-dia durante os primeiros dias.

## Produtos de Apoio

Os produtos de apoio abaixo indicados para si, serão sugeridas pelo/a fisioterapeuta ou terapeuta ocupacional após respetiva avaliação, consoante os casos e em função das suas necessidades e da sua habitação.



\*Imagem meramente ilustrativa

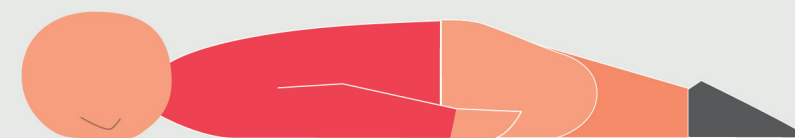
## Posicionamentos

Após ter sido submetido a uma amputação do membro inferior poderá existir alguma tendência para ficar muito tempo seguido sentado ou deitado.

A adoção destas posturas mantidas durante muito tempo seguido, irão levar a encurtamentos musculares e a deformidades articulares. Estas poderão condicionar ou limitar a sua autonomia.

Assim, de forma a evitar estes problemas e para que possa manter uma boa mobilidade e flexibilidade, deverá ter alguns cuidados e assumir alguns posicionamentos ao longo do dia.

Evite colocar almofadas por baixo do membro amputado quando está deitado de barriga para cima.



Deite-se de barriga para baixo e permaneça nesta posição durante 30 minutos. Deve repetir este posicionamento 2 a 3 vezes por dia.