

Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC  
Centro de Ciência da Saúde e do Esporte - CEFID  
Projeto de Extensão: Reabilitação Multidisciplinas em Amputados - RAMP



# **Cartilha de Orientações**

## **Entendendo a sensibilidade no coto da Amputação**

**2020**

## 2020 PROJETO DE EXTENSÃO: REABILITAÇÃO MULTIDISCIPLINAR EM AMPUTADOS- RAMP

Esta obra é disponibilizada pela coordenação do projeto RAMP. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte.

Tiragem: 1a. edição – 2020 – versão eletrônica.

Elaboração, distribuição e informações:

Projeto RAMP- Reabilitação Multidisciplinar em Amputados.

Produção e diagramação:

Soraia Cristina Tonon da Luz – Profa. Dra. Coordenadora do Projeto RAMP- CEFID/UEDESC

Acadêmicas do Curso de Fisioterapia e Bolsistas RAMP-CEFID/UEDESC: Amábile Catarina Vieira e Amanda de Aguiar Piazza.

Acadêmicas do curso de Fisioterapia e voluntários do RAMP- CEFID/UEDESC: Ana Carolina Rodrigues, Beatriz Gabrielle Fetzner, Daiane Bragagnolo, Gabriela Castilhos Ducati, Mickaelly Aisha dos Santos e Sueli Pereira da Silva.

Ilustrações: Fotos arquivo pessoal do RAMP e desenhos de Cybelle Preis

Ficha Catalográfica:

Data da publicação: outubro de 2020

Universidade do Estado de Santa Catarina (Udesc)

Rua Pascoal Simone, 358, Bairro Coqueiros Florianópolis/SC – 48 3664 8600

| [instagram.com/ramp.udesc](https://www.instagram.com/ramp.udesc) | [rampudesc@gmail.com](mailto:rampudesc@gmail.com)

# EDITORIAL

Nesta Cartilha de orientações apresentamos a importância de se observar o coto da amputação acompanhando como está o volume, a aparência da pele e da cicatriz. A preservação da sensibilidade do coto muitas vezes é negligenciada, no entanto ela possui um papel fundamental na organização da postura e do equilíbrio. As alterações ou até mesmo a perda da sensibilidade do coto comprometem a adaptação da prótese pois quando não é possível sentir os pontos de pressão, assim como as regiões de maior carga no encaixe, as feridas se instalam causando sofrimento, dor e comprometendo a funcionalidade no uso de uma prótese.

Destacaremos o que se deve observar no coto para a compreensão sobre como está a sensibilidade. Também abordaremos uma técnica chamada *Dessensibilização*. Essa técnica com um nome um tanto quanto diferente busca através de estímulos com o auxílio de diferentes materiais ajudar o coto a reconhecer superfícies macias, ásperas e temperaturas quentes e frias.

Todos esses estímulos possuem o objetivo de auxiliar na normalização da sensibilidade local. Poder sentir o coto é dar vida à ele. É integrá-lo na nova imagem corporal após a amputação dando função adequada para o movimento.

Boa Leitura!

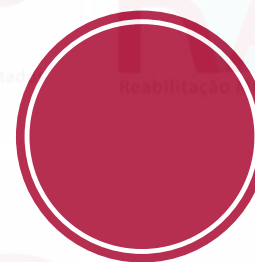


# Cuidados com o coto



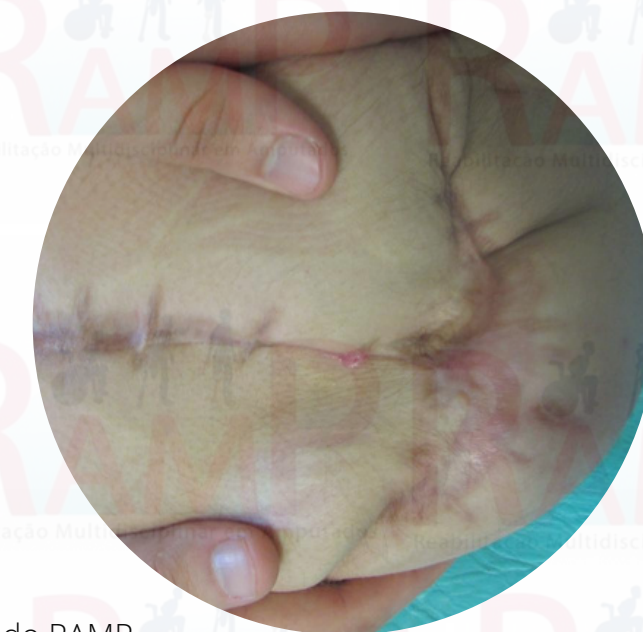
## O QUE DEVO CUIDAR NO MEU COTO?

- Você sempre deve cuidar e observar seu coto.
- Utilize uma espelho para te auxiliar.
- Esteja sempre atento a aparência do seu coto: se está ressecado, com manchas avermelhadas ou roxas, se possui alguma ferida ou algum pelo encravado.
- É importante verificar também como está a cicatriz de seu coto e se você consegue ter sensibilidade ao toque em toda a sua extensão.
- Se atenha a cor da sua cicatriz se ela está móvel ou muito "grudada".



## O QUE É IMPORTANTE INSPECIONAR NO MEU COTO?

É importante observar a pele, a cicatriz e sensibilidade do seu coto



Fonte: arquivo pessoal do RAMP



# PORQUE É IMPORTANTE TER SENSIBILIDADE NO MEU COTO?

Durante a cirurgia **os nervos** são seccionadas (**cortados**) o que pode alterar a sensibilidade de todo o seu coto especialmente na região da cicatriz.

- As alterações e/ou *perda de sensibilidade do coto comprometem a adaptação da prótese* pois quando não é possível sentir os pontos de pressão e as regiões de maior carga no encaixe *as feridas se instalam* comprometendo muito a funcionalidade no uso de uma prótese.
- As alterações e/ ou perda de sensibilidade do coto também *comprometem a organização da postura e do equilíbrio* em situações estáticas e durante o movimento.

# O que é a dessensibilização e qual é a sua importância?

- São estímulos externos realizados com o auxílio de diferentes materiais que possam ajudar o coto a reconhecer superfícies macias e ásperas.
- Também se utiliza no reconhecimento de temperaturas frias e quentes.

**A importância:** todos esses estímulos possuem o objetivo de auxiliar na normalização da sensibilidade local

**Você sabia que seu coto pode apresentar Hipersensibilidade ou Hiposensibilidade?**



# Como posso saber como está minha sensibilidade?

Busque conhecer o seu coto e as sensações que você pode reconhecer através de estímulos realizados.

**Importante** saber que, durante esses testes você deverá **permanecer com os olhos fechados.**

**Atenção!**

Peça para alguém realizar os testes em você.



Fonte: arquivo pessoal do projeto RAMP



# Como posso saber como está minha sensibilidade?

## Objetivo do teste:

Observar se você consegue **sentir no seu coto** o toque da mão de outra pessoa, de objetos macios como algodão, objetos mais ásperos como uma lixa fina e discriminar se a temperatura é quente ou fria.

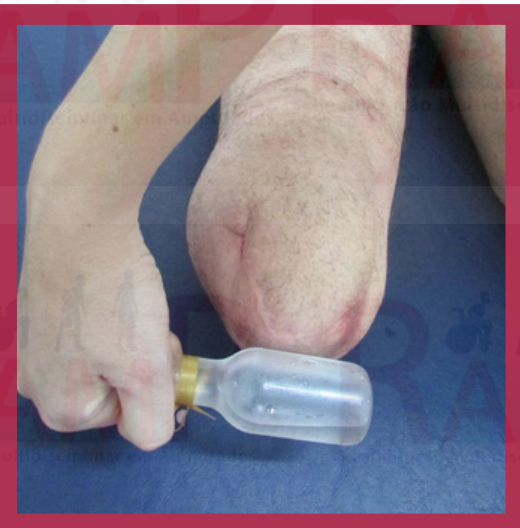
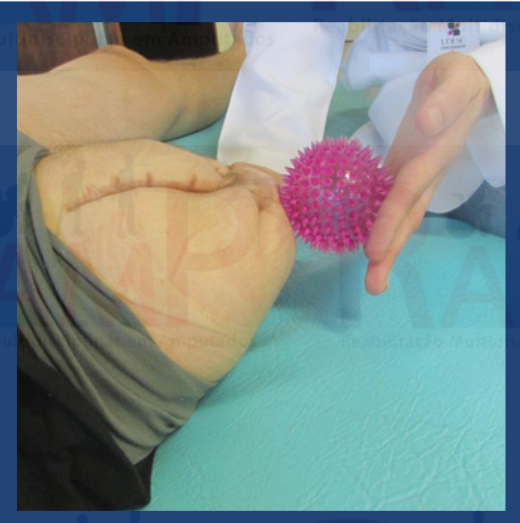


Fonte: arquivo pessoal do projeto RAMP



# Como posso saber como está minha sensibilidade?

O que fazer?



1

Separe diferentes objetos e peça para alguém fazer o estímulo

*(passar suavemente em um local do coto o objeto selecionado).*

2

Você deverá primeiro observar se consegue ou não sentir o estímulo, apontando o local que está sendo realizado.

**Com esses testes você poderá saber como estão as sensações e poderá escolher os objetos em caso de hipersensibilidade ou hipersensibilidade**



# HIPOSENSIBILIDADE

Também chamada de pouca sensibilidade

- Você pode ter hiposensibilidade quando tocar no seu coto com um objeto mais áspero/duro e **não conseguir sentir, ou, sentir tão pouco que não consegue discriminar** o que e onde o objeto foi passado.
- Neste caso a dessensibilização deve **iniciar com objetos** mais ásperos/duros como escovas de dente, esponja no lado verde com movimentos mais suaves no início e evoluindo para movimentos mais firmes e circulares. **Após discriminar esses materiais** deve-se evoluir para objetos mais suaves e macios.

# HIPERSENSIBILIDADE

Também chamada de alta sensibilidade.

- Você pode ter hipersensibilidade quando ao tocar no coto com um algodão **sentir grande desconforto ou não conseguir encostar o algodão.**
- Nesse caso, a dessensibilização **deve iniciar observando seu coto com um espelho. Após, iniciar com toques leves com a sua própria mão** em toda a extensão do coto evoluindo com movimentos circulatorios mais firmes.



# HIPOSENSIBILIDADE, HIPERSENSIBILIDADE E OS MATERIAIS

Algodão --> bucha de banho --> esponja (lado amarelo) --> escova macia

**Hipersensibilidade**  
(alta sensibilidade)

Esponjas (do lado verde) --> escova dura

**Hipossensibilidade**  
(pouca sensibilidade)



# QUANDO DEVO COMEÇAR A DESSENSIBILIZAÇÃO?

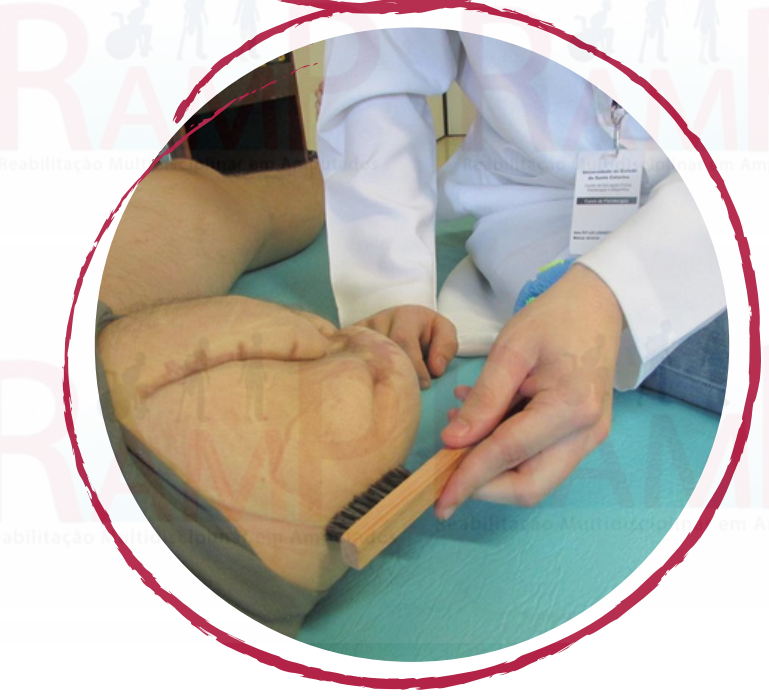
*É iniciada quando a cicatrização do coto está completa, sem feridas ou quaisquer outras alterações.*

## **Podemos utilizar diferentes materiais (com variadas texturas):**

- Texturas firmes, moles, macias, duras com diferentes estímulos térmicos como quente (uma toalha com água morna) ou fria (uma pedra de gelo, um objeto de metal)

## **Como devo realizar a Dessensibilização?**

- **Orientamos** que alguém possa realizar a dessensibilização e que permaneças com os olhos fechados para que possas identificar a textura buscando associar a sensação.
- **Importante:** a repetição dos estímulos não pode causar danos na pele e nem dor.





# DESSENSIBILIZANDO

Há diversas formas de realizar essa etapa. Você pode fazer com que diversos estímulos entrem em contato com o seu coto, como por exemplo:

- **Diferentes texturas:** para recuperar a sensibilidade dessa região, é importante que você tome conhecimento sobre os materiais que podem ser utilizados para a dessensibilização do coto.
- Toalhas felpudas, cubo de gelo, buchinha de lavar louça, algodão e até mesmo escova de dentes são excelentes para **provocar diferentes sensações ao coto.**



# DESSENSIBILIZANDO

## **Os exercícios:**



Passes as texturas sobre toda a superfície da pele de seu coto de forma suave e delicada.



Esses movimentos devem ser circulares por todo o coto.

## **Cuidados:**



Sempre observe e respeite o seu linear de dor



Utilize as texturas corretas para o seu tipo de sensibilidade **(hipersensível ou hiposensível)**

# DESSENSIBILIZANDO

## *Água quente e fria. (opcional)*

1. Você vai **precisar de ambas as temperaturas**, tanto fria, colocando a água na geladeira, quanto quente, podendo esquentá-la até que ela atinja uma temperatura morna.
2. Depois que tiver as duas, você deve **molhar seu coto** com a água gelada, e posteriormente com a água quente. Você pode fazer como preferir, **despejando** a água por cima da sua pele **ou imergindo** seu coto em algum recipiente.



# DESSENSIBILIZANDO

## Massagem terapêutica

- Seja em qual nível de amputação de membro inferior você tenha, durante **5 minutos** realize movimentos leves com as mãos, **de forma circular, ou de cima para baixo** na região do coto.

*Isso irá aumentar a circulação sanguínea, a sensibilidade e a resistência do membro residual.*



Fonte: arquivo pessoal do projeto RAMP





# Atenção!!



***A diabetes causa a diminuição das sensações.***

Sendo assim, se você é diabético você deve *inspecionar além do seu coto o seu pé do membro íntegro* constantemente e realizar os exercícios conforme a seção de hiposensibilidade.

## DICAS:

- **Inspeccionar o coto** com um espelho na mão. Observar se há algum sinal de ferida no coto e na cicatriz da amputação.
- **Higiene:** lavar o coto diariamente, utilizando água e sabão neutro. Enxugar o coto e massageá-lo utilizando um hidratante. Hidratar também o membro íntegro.
- **Se for usuário de prótese:** é muito importante a higiene com a prótese, ou seja, limpar a parte interna do encaixe da prótese com uma toalha ligeiramente úmida e/ou com o produto indicado por seu protesista. Isto reduz o risco de doenças da pele e infecções por fungos.
- **Importante tomar sol** no seu coto da amputação e membro íntegro, o sol é fonte de Vitamina D e mantém a saúde da pele. Busque tomar sol antes das 10:00 da manhã e após as 16:00 horas por pelo menos 15 minutos.



Universidade do Estado de Santa Catarina - UDESC

Centro de Ciência da Saúde e do Esporte - CEFID

Projeto de Extensão: Reabilitação Multidisciplinas em Amputados - RAMP