

*Manual de Orientações
para prevenção de*

TROMBOEMBOLISMO VENOSO

FICHA TÉCNICA

AUTORA:

Thaís Ramos de Oliveira Toledo

ORIENTADOR:

Prof. Dr. Lucyo Wagner de Carvalho Torres

COORIENTADORA:

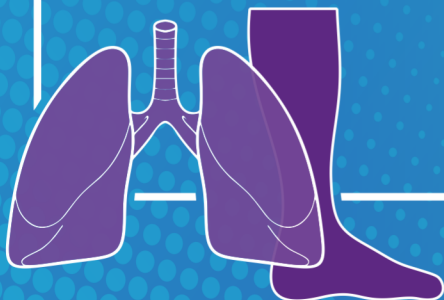
Prof. Dra. Angela Lima Peres

ILUSTRAÇÃO E DIAGRAMAÇÃO:

Diógenes Batista Ângelo
Rodrigo Amâncio da Silva

REVISÃO ORTOGRÁFICA:

Silvam Gomes de Lima



APRESENTAÇÃO

Este manual foi elaborado especialmente para você, paciente hospitalizado, que está restrito ao leito ou se movimentando pouco. Nele mostraremos informações sobre o tromboembolismo venoso, também conhecido por TEV. E temos o objetivo de te ajudar a prevenir o TEV durante a internação e após a alta hospitalar.

O manual é produto da Dissertação de Mestrado “PrevTev: construção e validação de aplicativo móvel para orientações sobre tromboembolismo venoso”. E corresponde a uma versão similar ao aplicativo móvel para *smartphones* (telefones inteligentes) desenvolvido nessa pesquisa, o PrevTev.

Esperamos que as suas dúvidas sejam esclarecidas, mas, se necessário, peça mais orientações aos profissionais de saúde que estão cuidando de você. E, agora, vamos aprender o que você precisa saber para se prevenir?

DADOS DE IDENTIFICAÇÃO

NOME:

NOME DA MÃE:

DATA DE NASCIMENTO:

SUMÁRIO

O QUE É TEV?



06

QUANDO SUSPEITAR?



09

COMO PREVENIR?



11

CONSEQUÊNCIAS



15

CUIDADOS EM CASA



17

LEMBRETE DE MEDICAÇÃO



20

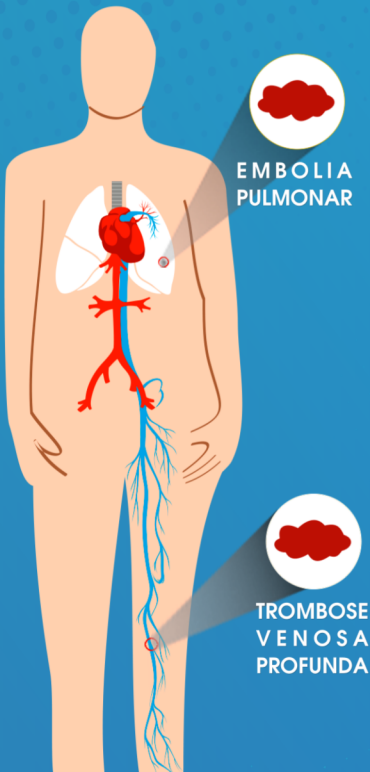
ANOTAÇÕES

22

REFERÊNCIAS

23

O QUE É TEV?



O QUE É TROMBOEMBOLISMO VENOSO (TEV)?

É o termo que engloba:

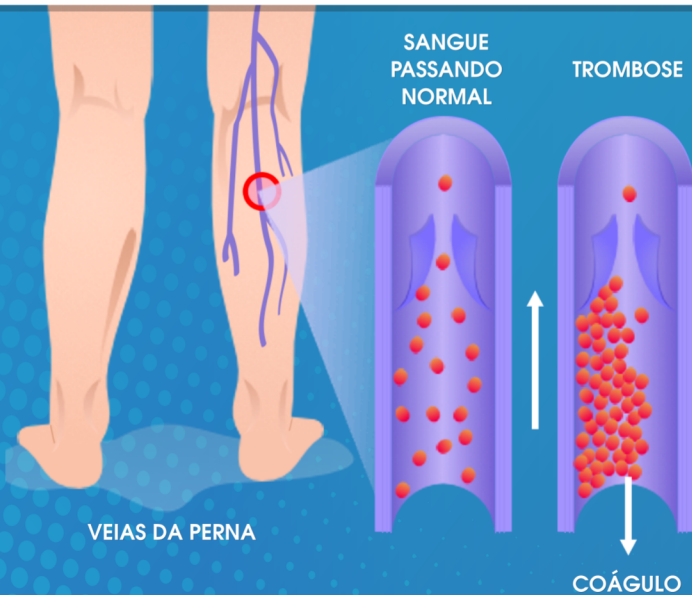
TROMBOSE VENOSA PROFUNDA

+

EMBOLIA PULMONAR

O QUE É TROMBOSE VENOSA PROFUNDA?

É a formação de um coágulo de sangue que entope uma veia, geralmente, da panturrilha (batata da perna).

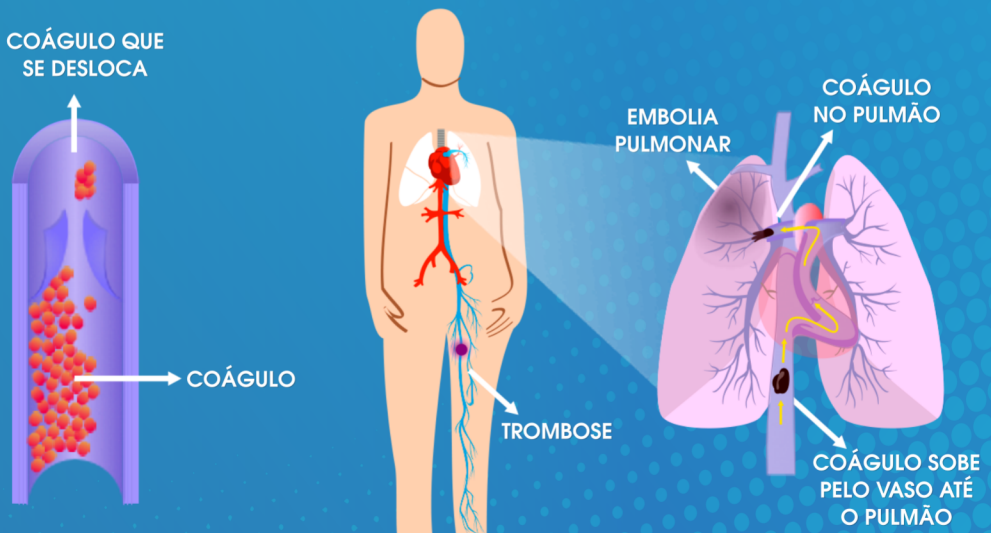


O QUE É TEV?

O QUE É EMBOLIA PULMONAR?

É quando o coágulo de sangue se desloca da perna, passa pela corrente sanguínea até chegar ao pulmão e entope o vaso sanguíneo do pulmão.

A embolia é **CONSEQUÊNCIA** da trombose.





QUANDO SUSPEITAR?

QUANDO SUSPEITAR DE TROMBOSE VENOSA PROFUNDA?

Se você tiver...

Inchaço na perna

Dor aguda

Pele quente ao toque

Pele vermelha ou azulada



SUSPEITE DE
TROMBOSE
PROCURE SEU
MÉDICO!

QUANDO SUSPEITAR?

QUANDO SUSPEITAR DE EMBOLIA PULMONAR?

Se você tiver...

Dificuldade de repente para respirar

Dor no peito que piora quando puxa o ar fundo

Coração batendo diferente ou acelerado

Tosse seca ou com sangue

SUSPEITE DE EMBOLIA
PROCURE UM SERVIÇO DE EMERGÊNCIA
OU LIGUE PARA SAMU 192!



Não perca tempo. Em alguns casos,
EMBOLIA PULMONAR PODE LEVAR À MORTE!

ATENÇÃO!

Você pode não sentir nada na perna (trombose assintomática), mas se sentir dificuldade para respirar e dor ao puxar o ar, CUIDADO! Pode ser embolia pulmonar.



COMO PREVENIR?



COMO PREVENIR A TROMBOSE VENOSA PROFUNDA E A EMBOLIA PULMONAR?

Pergunte ao profissional de saúde (principalmente, médico ou enfermeiro) sobre o seu risco de desenvolver trombose e embolia.

COMO PREVENIR?

NO HOSPITAL



Ande com frequência, assim que houver liberação médica



Imagem de domínio público

Se possível, traga seu andador ou bengala para o hospital



Imagem de domínio público

Ande com suporte de soro e medicação

Sempre que for andar, levante com calma, fique um pouco sentado e ao ficar em pé, observe. Se sentir tonturas, espere. Só comece a caminhar quando não estiver tonto.

Para sua maior segurança, ande sempre acompanhado.

Se tiver em uso de drenos ou sondas, peça orientações à equipe de saúde (principalmente, de enfermagem ou de fisioterapia).

Se utilizar andador ou bengala, se possível, traga para o hospital.

Se houver alguma recomendação de repouso, siga a orientação de seu médico.

COMO PREVENIR?

Realize os exercícios indicados pela equipe de fisioterapia.



Movimentar os pés, quando estiver deitado ou sentado



Se puder levantar, ficar na ponta dos pés e voltar para o chão



Posicionar as pernas elevadas, quando estiver deitado ou sentado

— SE FOR INDICADO PELO SEU MÉDICO —

Tome ou use a medicação prescrita.

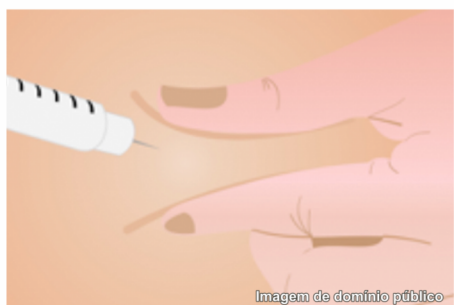


Imagem de domínio público

Medicação anticoagulante aplicada, geralmente, na barriga



Imagem de domínio público

Comprimido anticoagulante

COMO PREVENIR?

— SE FOR INDICADO PELO SEU MÉDICO —

Utilize as meias elásticas de acordo com as orientações.



LEMBRE-SE:
Após o banho,
colocar as meias
novamente!

Utilize os dispositivos mecânicos que massageiam as pernas.



Em caso de dúvidas,
peça orientações à
equipe de saúde
(principalmente,
de enfermagem
ou de fisioterapia)!

LEMBRE-SE:
Sempre que estiver
em repouso,
coloque os dispositivos
mecânicos.



CONSEQUÊNCIAS

QUAIS AS CONSEQUÊNCIAS DA **TROMBOSE VENOSA PROFUNDA** E DA **EMBOLIA PULMONAR**?

A consequência da **TROMBOSE** é a
SÍNDROME PÓS-TROMBÓTICA,
caracterizada por:



Imagem de domínio público

Veias Varicosas



Imagem de domínio público

Inflamação



Imagem de domínio público

Alterações na Pele

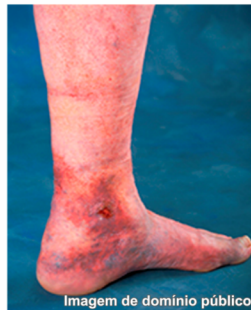


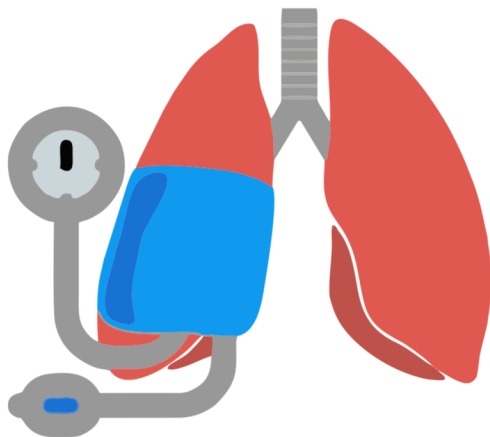
Imagem de domínio público

Úlceras na Pele

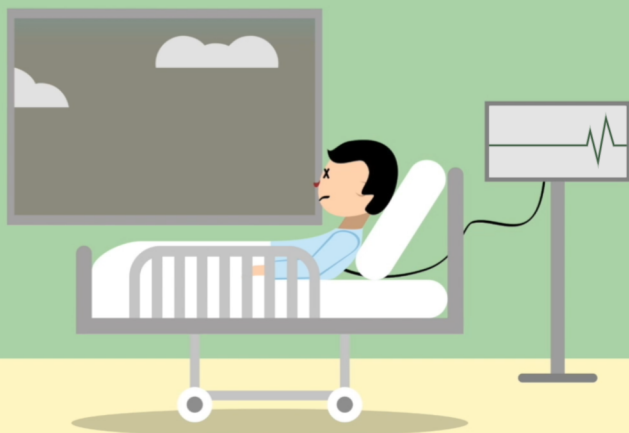
Imagem: <http://clinicagoldman.com.br/trombose-venosa-agura-tromboembolismo-pulmonar/>

CONSEQUÊNCIAS

A consequência da **EMBOLIA** é a **HIPERTENSÃO PULMONAR CRÔNICA**



E, em alguns casos, pode levar à **MORTE!**





CUIDADOS EM CASA

Que bom que você está em seu lar novamente!

A primeira fase de hospitalização já passou e agora vamos tomar todos os cuidados em casa para que sua recuperação continue sem complicações e de acordo com o planejado.

Por isso, siga as ORIENTAÇÕES APÓS ALTA HOSPITALAR!



CUIDADO EM CASA

RELEMBRANDO...

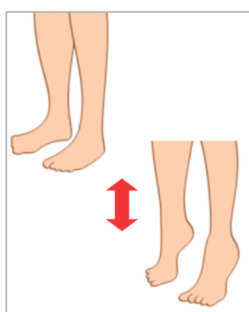
Se não houver contraindicação,
ANDE COM FREQUÊNCIA
e evite ficar muito tempo na cama ou sentado.



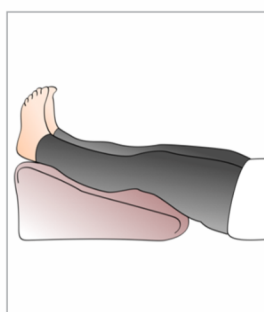
Realize os exercícios indicados pela equipe de fisioterapia.



Movimentar os pés,
quando estiver
deitado ou sentado



Se puder levantar,
ficar na ponta dos pés
e voltar para o chão



Posicionar as pernas
elevadas, quando estiver
deitado ou sentado

SE FOR INDICADO PELO SEU MÉDICO

Tome ou use a medicação prescrita sempre no mesmo
horário, sem pular ou repetir a dosagem.

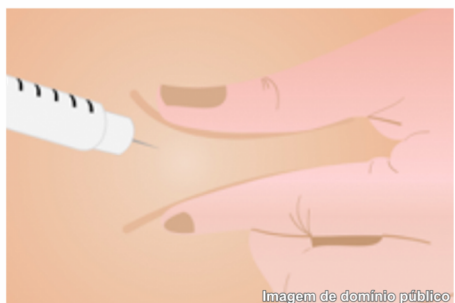


Imagem de domínio público

Medicação anticoagulante
aplicada, geralmente,
na barriga



Imagem de domínio público

Comprimido
anticoagulante

CUIDADO EM CASA

SE TOMAR COMPRIMIDO ANTICOAGULANTE:

Peça orientações à equipe de saúde (principalmente médico ou nutricionista) sobre cuidados com a alimentação.



Não tome outros remédios sem antes falar com um médico, mesmo que seja para dor (analgésicos).



Em caso de qualquer tipo de **SANGRAMENTO MAIOR QUE O NORMAL**, comunique o seu médico. E se a perda de sangue for muito grande procure um serviço de emergência ou ligue para SAMU 192!



ATENÇÃO!

Se suspeitar de **TROMBOSE**, PROCURE SEU MÉDICO imediatamente e, em casos de **EMBOLIA**, PROCURE O SERVIÇO DE EMERGÊNCIA mais próximo OU LIGUE PARA SAMU 192!

LEMBRETE DE MEDICAÇÃO



Você só irá continuar aplicando ou tomando a medicação anticoagulante se for prescrito pelo seu médico. Não são em todos os casos que a prevenção com medicamentos é necessária em casa.

No momento das orientações de alta hospitalar, o **PROFISSIONAL DE SAÚDE*** é quem irá preencher os campos ao lado com o nome da medicação e sua dosagem, a data de início e a data de término do tratamento preventivo.

Além disso, irá preencher o horário da medicação e a data de início (exemplo: 23) no dia da semana correspondente (exemplo: quarta) na tabela ao lado.

LEMBRETE DE MEDICAÇÃO

Este espaço é destinado para VOCÊ assinalar com um **X** os dias que estará usando a medicação EM CASA.

MEDICAÇÃO: _____

DATA DE INÍCIO: ___/___/___

DATA DE TÉRMINO: ___/___/___

MARQUE OS DIAS DE USO DA MEDICAÇÃO ANTICOAGULANTE:

HORÁRIO	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo

*Profissional de saúde, caso ache necessário, para evitar falhas na profilaxia, facilite a compreensão do paciente escrevendo todas as datas nos dias da semana correspondentes até o final da terapia medicamentosa.

LEMBRE-SE:

Use a medicação sempre no mesmo horário, sem pular ou repetir a dosagem.

ATENÇÃO!

Se for aplicar a “injeção anticoagulante” em casa, peça orientações à equipe de enfermagem do hospital sobre como realizar esse procedimento.

ANOTAÇÕES

Mobilização
é a melhor prevenção!



REFERÊNCIAS

BEAHRAVESH, S. et al. Pathogenesis of Thromboembolism and Endovascular Management. *Thrombosis*, Londres, v. 2017, e. 3039713, p. 1-13, 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1155/2017/3039713>. Acesso em: 05 jul. 2019.

FAHAT, F. C. L. G.; GREGÓRIO, H. C. T.; CARVALHO, R. D. P. Avaliação da profilaxia da trombose venosa profunda em um hospital geral. *Jornal Vascular Brasileiro*, São Paulo, jul.-set. v.17, n. 3, p. 184-192, 2018. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1677-5449.007017>. Acesso em: 04 jul. 2019.

MAYNARD, G. Prevenção de tromboembolismo venoso associado à hospitalização: um guia para a melhoria efetiva da qualidade. 2. ed. Rockville: Agency For Healthcare Research And Quality, 2015.

RAYMUNDO, S.R.O. et al. O que mudou nas últimas décadas na profilaxia do tromboembolismo venoso em pacientes internados: artigo de revisão. *Jornal Vascular Brasileiro*, São Paulo, v. 18, e. 20180021, p. 1-11, 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1677-5449.002118>. Acesso em: 05 jul. 2019.

YADAM, S. et al. Advanced therapies in venous thromboembolism. *Critical Care Nursing Quarterly*, Estados Unidos, Jul.-Sept. v. 40, n. 3, p.251-259, 2017.

QUER TER ACESSO AO APLICATIVO COM ESSAS INFORMAÇÕES NO SEU CELULAR?

01

Abra a câmera do seu celular



02

Aponte para o QR Code abaixo



Aplicativo
PREVTEV



03

Clique na notificação no seu celular



OU ACESSE NO SEU CELULAR:

APLICATIVO PREVTEV: <https://play.google.com/store/apps/details?id=br.com.pedbarros.prevtev>



PrevTev



UNCISAL
Universidade Estadual de
Ciências da Saúde de Alagoas



Mestrado Profissional
Ensino na Saúde
e Tecnologia