

## |06| PERFIL DO CUIDADOR

Por: Cláudio Fernando Rodrigues Soriano  
e Maria Rosa da Silva



Todo profissional que lide com um idoso é também responsável pela sua saúde física e mental. Ele deve gostar do que faz e estar apto a atender as necessidades e proporcionar a construção de hábitos saudáveis, através dos cuidados diários e atitudes positivas. Esse profissional deve estar disposto a aprender de forma continuada, além de ser amável, paciente e tranquilo. O cuidador deve sempre estabelecer uma relação de confiança e respeito à individualidade de quem cuida com seus valores e crenças.

## Higiene dos cuidadores

- Lembrar que estamos cuidando de pessoas com diversas fragilidades, inclusive imunológicas. Por isso, precisamos estar atentos aos riscos infecciosos;
- Lavar as mãos antes das refeições, após os devidos cuidados, ao tocar em objetos sujos, após usar o banheiro, após limpeza de um local, antes de preparar os alimentos, antes de alimentar, após assoar o nariz e ao cuidar de ferimentos;
- Manter unhas cortadas, limpas e sem esmalte (principalmente funcionários da cozinha);
- Usar uniforme, jaleco ou avental; manter os cabelos presos, usar touca, rede ou lenço;
- Usar sapatos baixos, macios, fechados e silenciosos;
- Usar perfume suave.



## Lavagem das mãos

As mãos constituem o mais importante veículo de transmissão de doenças. O hábito de lavar as mãos deve fazer parte dos cuidados diários e do processo educativo.

### Técnica simplificada de lavagem das mãos:



1) Umedeça as mãos com água.

2) Passe sabonete líquido nas mãos, esfregando bem todas as partes, por aproximadamente 15 segundos.



3) Enxágue bem as mãos retirando todos os resíduos do sabonete líquido.

4) Seque as mãos utilizando papel toalha descartável.

### Técnica criteriosa de lavagem das mãos

Há 140 anos, em 13 de maio de 1847, o médico Ignaz Semmelweis, com o simples ato de lavar as mãos com solução clorada antes de entrar em contato direto com pacientes, demonstrou a importância dessa medida na profilaxia da infecção hospitalar, já que a mesma propiciou diminuição sensível dos casos de febre puerperal.

## Demonstração da lavagem das mãos

1 - Palma



2 - Dorso das mãos



3 - Espaço entre os dedos



4 - Polegar



5 - Articulação



6 - Extremidades dos dedos e unhas



7 - Punhos



\*

*Autores deste Capítulo:*

*Cláudio Fernando Rodrigues Soriano*

*Médico. Doutor e mestre em Medicina pela Universidade de São Paulo (USP). Professor da FAMED – Ufal e FAMED – Uncisal.*

*Maria Rosa da Silva*

*Enfermeira. Mestre em Ensino na Saúde. Doutoranda em Saúde Pública pela Universidade de São Paulo (USP). Professora da Universidade Estadual de Ciências da Saúde de Alagoas (Uncisal).*