

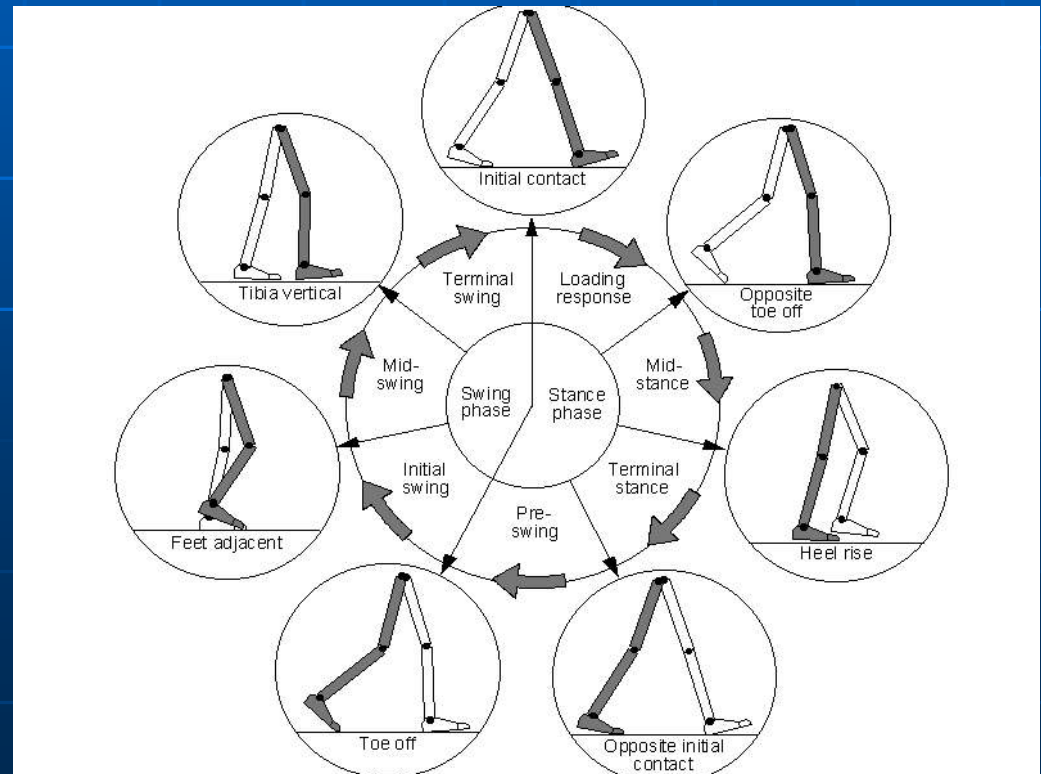
Os auxiliares da marcha. Uso de muletas, bengalas e andadores.

Dr. Olavo Moretzsohn
Campinas – SP
2005

A marcha

- Existem diferentes fases da marcha
- Apoio e balanço

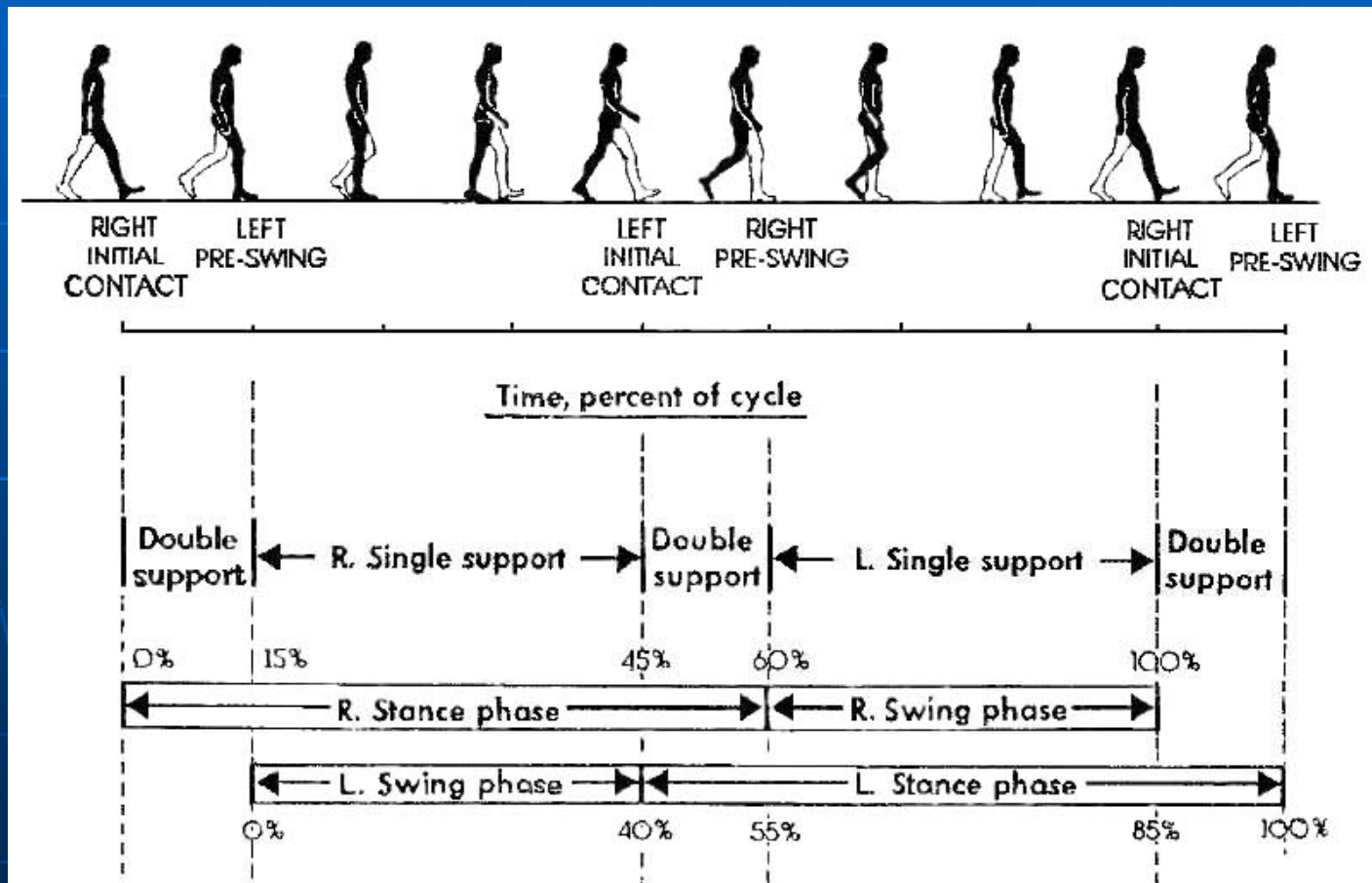
Em certo momento um dos pés estará no ar, e é neste ponto que seu corpo necessita de maior equilíbrio.



A marcha



A marcha



Instrumentos de apoio

- A cada necessidade específica de dificuldade a marcha ,se escolhe um tipo diferente de apoio auxiliar.
- Incapacidades variáveis:
- Idade
- Patologia – visuais, ortopédicas etc.
- Obesidade, incapacidades físicas, etc

Instrumentos de apoio

- Bengalas
- Muletas
- Andadores

Bengalas

Dificuldades leves e da idade



Bengalas

Com apoio suplementar



Bengalas

- Bom apoio das mãos
- Altura correta (ao nível do punho ,quando em pé)
- Escolha correta do material (leve e resistente)
- Não suportar o peso corporal
- Cuidados com a borracha da ponta
- Usar sempre do lado contra-lateral ao lado deficiente
- Cuidados com o solo – deslize acidental!

Muletas

Aumento do apoio



Muletas



30 cm a frente
do passo



Acompanha lado
deficiente



Não apoiar na axila

Muletas

Dicas de uso



Não usar uma só muleta



Muletas

- Não apoiar na axila
- Cuidado com a borracha de apoio
- Não ser muito alta
- Apoio do punho ao nível do quadril
- Usar sempre duas muletas
- Não apresiar em demasia a marcha
- Cuidados nas escadas e rampas e solos escorregadios
- Solicitar se necessário auxilio.
- Use o corrimão em escadas, segure as muletas na outra mão.

Andadores

Máximo de soporte a marcha



Andadores



Andadores

- Escolha do tipo, conforme desequilíbrio
- Não apressar a marcha.
- Não colocar o andador muito a frente na marcha.
- Levar o membro ferido a frente primeiro.
- Cuidados com escadas e rampas.

Conclusões

- O uso de bengalas, muletas e andadores, podem ser necessários e benéficos, mas o seu bom uso é fundamental , pois acidentes acontecem e podem causar danos maiores ao paciente.
- Solicite um treino inicial com o fisioterapeuta ou o ortopedista.

Fontes de informação

- Internet (How to use canes, crutches and walkers.)
- Google , Yahoo etc.
- Resumo da AAOS – Artigos para pacientes. (www.aaos.org)



www.sbcj.org.br



www.cto.med.br



Obrigado

Visitem nossos sites na web

Grupo de
Estudo do
Joelho de
Campinas



www.grupodojoelho.com.br



www.sbot.org.br