

PÔSTER - CUIDADO INTERPROFISSIONAL, INOVAÇÃO E  
SUSTENTABILIDADE EM SAÚDE

**ELABORAÇÃO DO MANUAL DE TÉCNICAS DE CONSERVAÇÃO DE  
ENERGIA E PROTEÇÃO ARTICULAR CONFECCIONADO PELA EQUIPE  
DE TERAPIA OCUPACIONAL DO HUB**

*Renata Felix Leite Da Silva (renatafls.unb@gmail.com)*

*Fernanda Rocha Menezes Da Silveira (fernandarochamenezes.s@gmail.com)*

*Ana Flávia Ferreira Lima (anaflavialimma@gmail.com)*

*Yara Helena De Carvalho Paiva Ribeiro (yarahcpribeiro@gmail.com)*

*Fernanda Da Rosa (fernanda.drosa@ebserh.gov.br)*

*Jacqueline Aparecida Pereira De Sant Ana (jacpereirasantana@hotmail.com)*

*Bruna Mesquita Silva (brunamesquitasilva@hotmail.com)*

*Mariana Fialho Severino (mariana.fialhoss@gmail.com)*

*Monique Gomes Dias (monique.dias@ebserh.gov.br)*

*Rudjery Parente Avelino (rudparente@gmail.com)*

Introdução: Nas últimas décadas, as doenças consideradas doenças crônicas não transmissíveis (DCNT) vêm sofrendo grande ascensão de casos, incluindo as doenças cardiovasculares, neurológicas, reumatológicas, entre outras. Quando manifestada, tem grande impacto na vida dos pacientes, como limitações relacionados com sintomas físicos (fadiga, dispneia e alteração de equilíbrio), psicológicos (medo, insegurança e tristeza), cognitivos (déficits de

memória e atenção) e sociais, comprometendo o desempenho funcional do indivíduo em algumas atividades de vida diária. Diante dessas limitações, o terapeuta ocupacional auxilia o indivíduo a recuperar, desenvolver e construir habilidades que são importantes para sua independência funcional, saúde, segurança e interação social, tornando-se centrada nas atividades de vida diária, trabalho e lazer, potencialmente prejudicadas em decorrência de processos que interferem na funcionalidade. Objetivos: elaborar um manual de orientações e técnicas de conservação de energia e proteção articular para pacientes com diferentes patologias, com a finalidade de oferecer a esses pacientes um material ilustrativo com orientações dadas durante os atendimentos, e assim, ressaltar uma melhor compreensão da doença e das técnicas, auxiliar na prática cotidiana, favorecer um melhor desempenho nas AVDs diminuindo dores e fadiga. Método: foi elaborado pela equipe da Terapia Ocupacional da Unidade de Reabilitação do Hospital Universitário de Brasília seguindo a metodologia de pesquisa – ação através das seguintes etapas: escolha do conteúdo, pesquisa relacionada ao conteúdo, ilustrações, qualificação e envio do manual para a chefia da unidade de reabilitação. Resultados: O manual contém uma breve explicação conceituando o que é a terapia ocupacional, orientações de organização de rotina e distribuição de atividades e aspectos ergonômicos. Relacionado as atividades de vida diária estão as atividades de cozinha, atividades de higiene pessoal, limpeza, vestuário e atividades diversas. Conclusão: Espera-se que a implantação desse manual de orientações facilitará ao paciente uma melhor compreensão da doença e das técnicas de conservação de energia e proteção articular, auxiliando nas AVDs e AIVDs diminuindo a sensação de cansaço e falta de ar, em colaboração do tratamento aumentando a qualidade de vida do sujeito em suas ocupações. É necessário a realização de estudos para comprovar a eficácia e benefícios do uso de educação em saúde com os pacientes, através de instrumentos que avaliem o conteúdo, layout e a metodologia para o repasse das orientações, tendo o manual como recurso ilustrativo.