

# Orientações Fisioterapêuticas



FISIOTERAPIA HOSPITALAR  
MÃE DE DEUS

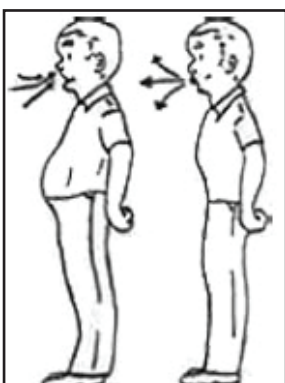
## Paciente:

Durante o período de internação hospitalar, o fisioterapeuta busca a manutenção e/ou recuperação das atividades funcionais do paciente, sejam elas motoras ou respiratórias. Através deste instrumento, estamos disponibilizando algumas orientações para a etapa seguinte, após a alta hospitalar.

Eventuais dúvidas poderão ser esclarecidas pelos fisioterapeutas da equipe ou através do telefone impresso no final da página.

**Boa recuperação!**

## Cuidados Especiais



- Respire utilizando o abdômen (respiração diafragmática). Realize essas inspirações profundas várias vezes ao dia;
- Para tossir, em casos cirúrgicos, pressione um travesseiro sobre a ferida operatória. É importante remover secreções através da tosse;
- Mantenha os ombros relaxados e alinhados;
- Faça inspirações profundas com frequência;
- Evite permanecer deitado por períodos prolongados, pois a manutenção nesta postura aumenta o risco do surgimento de infecções respiratórias (ex: pneumonia);
- Movimente suas pernas com frequência;
- Procure realizar, dentro do possível, as suas atividades diárias em casa, para readquirir a sua rotina e evitar perdas de resistência muscular e ventilatória;
- Procure não fumar.

Em caso de dúvidas entre em contato conosco.

Fisioterapeuta assistente: \_\_\_\_\_ Fone: \_\_\_\_\_