

Newsletter de Continence Care Para profissionais de saúde

Coloplast®
Professional

TRÊS COISAS PARA COBRIR EM UMA SESSÃO DE TREINAMENTO EFICAZ

Existem três tópicos principais que você deve cobrir na sessão de treinamento ao ensinar o cateterismo intermitente limpo (CIL). Este artigo fornece uma breve introdução a cada um deles.

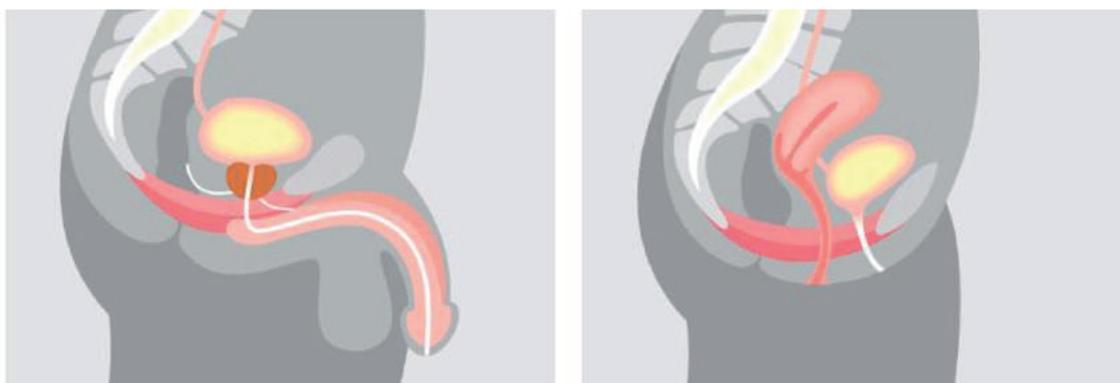
Anatomia

A introdução à anatomia abre caminho para a sua demonstração das técnicas reais de inserção e retirada.

Como você sabe, os pacientes variam em sua compreensão do sistema urinário. Muitos pacientes têm pouco conhecimento de como esse sistema funciona e muitos têm ideias erradas sobre a bexiga e a uretra. Eles podem pensar na bexiga como um tanque em vez de um músculo. Eles também podem pensar em sua uretra como um tubo inflexível em vez de flexível. É importante corrigir esses equívocos primeiro para garantir que seu paciente compreenda e possa responder bem ao resto do treinamento, pois equívocos podem levar ao medo de, p.ex., dor.

Você pode iniciar a sessão compartilhando com o paciente os conceitos básicos de sua anatomia. Desenhos anatômicos como os abaixo podem ser uma ajuda útil.

Modelos de anatomia masculina e feminina



Você pode solicitar cópias grandes dos desenhos anatômicos a seu representante Coloplast.

Técnicas de inserção e retirada

Um dos aspectos mais importantes da sessão de treinamento é ensinar ao paciente as técnicas adequadas de esvaziamento da bexiga.

Quando você usa diagramas de anatomia para ensinar a técnica de inserção, pode conscientizar o paciente dos principais pontos de referência - isto é, pontos ao longo do caminho de inserção que sinalizarão ao paciente que eles estão no caminho certo. Os principais pontos podem ser:

Estreitamentos

Informe-os sobre as áreas onde podem ocorrer estreitamentos.

Curvas da uretra

Ajude-os a guiar o cateter ao longo da uretra levantando o pênis e endireitando a uretra.

Músculo esfíncter

Peça ao paciente para respirar fundo para relaxar. Isso ajudará a relaxar o músculo esfíncter.

Dicas para treinamento do CIL

- Ajude o paciente a ver a conexão entre o esvaziamento completo e frequente da bexiga e a boa saúde da bexiga - ou seja, a conexão entre a urina residual e as ITUs.
- Informe o paciente de quanta urina sua bexiga pode reter.
- Dê ao paciente indicadores específicos que podem ajudá-lo a garantir que está esvaziando a bexiga corretamente.

Estabelecendo bons hábitos de CIL

Se um novo hábito em torno do CIL não for estabelecido, o foco mental necessário para controlar a bexiga consumirá quantidades desnecessárias de energia e, em alguns casos, o paciente pode até experimentar a sensação de estar sendo controlado pela bexiga¹. Você pode aliviar essa pressão - e ajudar o paciente a adquirir o novo hábito de CIL - identificando "gatilhos" e "recompensas" de curto prazo que funcionam para ele.

Quando se trata de "gatilhos", alguns pacientes serão capazes de seguir o feedback físico de estar "cheio"; outros, que não têm sensação, precisarão esvaziar com base no horário - nesse caso, o "gatilho" pode ser o alarme em seu smartphone.

Tal como acontece com os gatilhos, a "recompensa" varia de paciente para paciente. O importante é que a recompensa seja clara para o paciente - algo muito tangível que é motivacional e pode levar a um comportamento aderente.

Exemplos de recompensas de curto prazo:

- Evitando incontinência.
- Menor risco de acidentes de escape entre cateterismos, p.ex. para que o paciente possa jogar uma partida de golfe ou ir ao cinema.
- Ser capaz de ter uma vida sexual ativa.¹

Gastar algum tempo durante a sessão de treinamento identificando os "gatilhos" e "recompensas" corretos para cada paciente irá ajudá-lo em uma boa rotina de CIL.

Recompensas de curto prazo

Para obter mais informações sobre recompensas de curto prazo, consulte a Revisão do Estudo de Vida em Continência 2017/18

Referências

Coloplast_Market_Study_IC Research_2015_Data-on-file (VV-0206732)

Uma vida melhor

Ostomy Care, Continence Care, Wound & Skin Care and Interventional Urology