

# Doença Falciforme

## Cuidado Domiciliário

**O cuidado em casa é essencial para melhorar a qualidade de vida e prevenir complicações!**



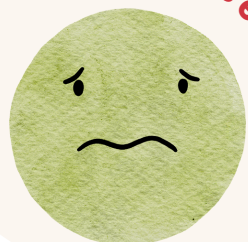
**Beber muita água todos os dias**



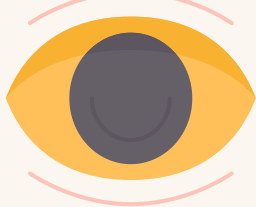
A criança com doença falciforme não concentra bem a urina e a desidratação pode ocorrer. Incentivar o consumo de água.

Cuidado para não desidratar. Se não melhorar deve ir ao hospital.

**Vómitos e diarreia**



**Ictericia (olhos ou pele amarelados)**



Beber bastante água. Se tiver dores de barriga, vômitos ou febre deve ir ao hospital.

**Controle da dor**



Na dor leve uso regular dos analgésicos prescritos, banho quente prolongado, compressas quentes, relaxar, repousar, massagear levemente e região.

Fazer uma alimentação variada, com carne, peixe, leite e derivados, vegetais e fruta.

**Alimentação equilibrada**

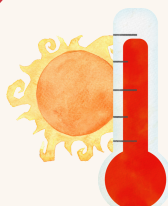


Os doentes falciformes são mais propensos à infecção principalmente os menores de 5 anos. Crianças, nos primeiros 5 anos, devem fazer uso diário de penicilina. Calendário vacinal completo incluindo as vacinas especiais (pneumocócica, varicela e meningocócica).

**Profilaxia antibiótica**



**Mudanças temperatura**



Evita apanhar muito frio ou muito calor. Evita as mudanças bruscas de temperatura.

**Atividade física**



Deves fazer exercício físico moderado. Se te sentires cansado deves parar e descansar.

### Apoio ao Cuidador e ao paciente (Autocuidado)

O plano de auto cuidado deve ser individualizado, considerando o fenótipo da doença, histórico de complicações e contexto social. A educação contínua e o empoderamento do paciente e da família são pilares para o sucesso dessas estratégias e **deve incluir:**

**Educação sobre a doença**  
Saber reconhecer sinais de alerta

**Rede de apoio emocional**  
Grupos de suporte ou acompanhamento psicológico

**Plano de emergência**  
Saber quando e onde buscar ajuda rapidamente

Um projeto de:

Com o apoio:

Em parceria com: