

RECOMENDAÇÕES PARA CASA

Nível 2

Pacientes seguidos em Hematologia-oncologia pediátrico

NÍVEL 2 : RISCO DE APLASIA ESPERADA COM UM NÚMERO DE POLINUCLEARES INFERIOR A 500 PARA UMA DURAÇÃO SUPERIOR A 7 DIAS (a confirmar com o seu médico referente)

HIGIENE CORPORAL

- **A HIGIENE CORPORAL COMPLETA** é recomendada todos os dias.
- **O MOMENTO DA HIGIENE É PRIVILEGIADO PARA VIGIAR O CATETER EXTERNO OU O CATETER IMPLANTÁVEL :** vermelhidão, dor, exsudação, inchaço são a assinalar.
- **O PENSO DO CATETER EXTERNO NUNCA DEVE SER MOLHADO OU DESCOLADO.**
- **A ROUPA DE HIGIENE** (luvas, toalhas) devem ser pessoais à criança. Não é necessário mudar-la todos os dias (mais ou menos 2 vezes / semana). Usar roupa bem seca, a humidade favorece a proliferação dos micróbios.

LAVAGEM DAS MÃOS

- **RECORDAMOS QUE A LAVAGEM DAS MÃOS É INDISPENSÁVEL PARA A SUA CRIANÇA E TODA A FAMÍLIA :** quando vem do exterior, antes de ir para a mesa, ao sair da sala de banho ou depois de uma qualquer atividade que suje.
- **MANTER AS UNHAS LIMPAS**
- **COM QUE PRODUTO ? :** a lavagem com sabão é a favorecer. O gel hidro-alcoólico não é indispensável. Pode ser útil em caso de não ter água à disposição.

ROUPAS

- **A ROUPA DE INTERIOR DEVE SER MUDADA TODOS OS DIAS.**
- **NÃO É NECESSÁRIO MUDAR DE PIJAMA TODOS OS DIAS.**

QUARTO

- **A SUA CRIANÇA DEVE DORMIR DE PREFERÊNCIA SOZINHA NA SUA CAMA.**
- **É PREFERÍVEL QUE A SUA CRIANÇA NÃO DURMA NO MESMO QUARTO QUE OS SEUS IRMÃOS OU IRMÃS SE ESTÃO DOENTES.**
- **OS LENÇÓIS SERÃO MUDADOS SE POSSÍVEL UMA VEZ POR SEMANA.**
- **AS PLANTAS EM JARRO OU AS FLORES EM VASO SÃO INTERDITOS** no quarto da sua criança (terra e água : reservatório de micróbios e fungos).

RECOMENDAÇÕES PARA OS PEQUENINOS

- **OS BRINQUEDOS, E TAMBÉM OS PELUCHES SÃO AUTORIZADOS.** É aconselhado lavar o ursinho uma vez por semana.

Les auteurs déclarent n'avoir aucun conflit d'intérêt avec des établissements produisant ou exploitant des produits de santé ou des organismes intervenant sur ces produits.

RECOMENDAÇÕES PARA CASA

Nível 2

Pacientes seguidos em Hematologia-oncologia pediátrico

OBRAS

- **NÃO DEIXEM A SUA CRIANÇA NUM AMBIENTE QUE GERE POEIRA :** obras de interior ou na via pública. Ponha-lhe uma máscara para atravessar estas zonas.

LIMPEZA DA CASA

- **UM AMBIENTE LIMPO É NECESSÁRIO PARA A VOLTA DA CRIANÇA AO DOMICÍLIO.** As alcatifas murais ou de chão, tapetes, não são proibidos. Aspirar as alcatifas ou tapetes, arejar, lavar o chão e os sanitários.
- **PROSSEGUIR A LIMPEZA DE FORMA RAZOÁVEL.** Não há necessidade de comprar produtos de limpeza específicos.
- **AREJAR AS SALAS DA CASA TODOS OS DIAS, FORA DA PRESENÇA DA CRIANÇA**

ESCOLA

- **É IMPORTANTE PROSSEGUIR A ESCOLARIDADE.**
- **FORA DOS PERÍODOS DE APLASIA, A SUA CRIANÇA PODE IR À ESCOLA** em função do seu estado geral. Pedir aos professores de vos avisar das doenças contagiosas, em particular varicela, gripe e sarampo
- **NOS PERÍODOS DE APLASIA, A DECISÃO TEM QUE VIR DO MÉDICO REFERENTE.**

DESPORTO

- **O PORTO DE UM CATETER IMPLANTÁVEL OU DE UM CATETER EXTERNO** limita os desportos violentos e os movimentos intensos do braço do lado da via venosa central. Em caso de plaquetas baixas, os desportos a risco de choques ou quedas (que podem provocar hematomas ou sangramentos) são desaconselhados. .
- **AS CRIANÇAS QUE TÊM UM CATETER EXTERNO NÃO TÊM DIREITO DE TOMAR BANHO (PISCINA OU MAR).**
- **O BANHO É PROIBIDO DURANTE A APLASIA.**
- **FORA DOS PERÍODOS DE APLASIA,** a decisão tem que vir do médico referente.

EXTERIOR

- **CERTOS LOCAIS SÃO PROIBIDOS EM PERÍODO DE APLASIA :** os locais públicos e confinados como cinemas, restaurantes, centros comerciais, transportes públicos, discotecas, salas de espetáculos, piscinas, caixa de areia, jardim de infância.
- **CONTACTO COM UMA PESSOA DOENTE :** se ela é contagiosa, ela não pode ver a sua criança quando ela está em aplasia. Se você mesmo está doente, lave as mãos e evita os beijos.
- **NÃO EXPONHA A SUA CRIANÇA AO SOL.** Quando saírem, coloque nele protetor solar, chapéu e T-shirt.

ANIMAIS DOMESTICOS

- **NÃO SE SEPRE DOS ANIMAIS DOMÉSTICOS, EXCETO OS PÁSSAROS.** Se não havia animais domésticos, é preferível de não comprar um.
- **É NECESSÁRIO QUE A SUA CRIANÇA SE LAVE AS MÃOS** depois de ter acariciado o animal. Evite que ela pegue nele ao colo, que o animal a lambe ou a arranhe.
- **O ANIMAL NÃO DEVE DORMIR COM A SUA CRIANÇA.**
- **A SUA CRIANÇA NÃO DEVE TOCAR NA AREIA DO GATO NEM À ÁGUA DO AQUÁRIO.**