

Dar banho em uma criança com paralisia cerebral (PC), encorajar a criança a cooperar e, eventualmente, a tomar banho de forma independente é, por vezes, difícil, especialmente quando a criança é mais velha ou quando o seu quadro motor é grave. Nestas situações, a dificuldade em lhe dar banho está usualmente relacionada com a dificuldade em que assuma a posição de sentada.

Dar banho em uma criança pequena com PC geralmente é relativamente fácil, desde que, por segurança, a base da banheira tenha uma superfície antiderrapante. Se a superfície for escorregadia, pode colocar uma pequena toalha por baixo da criança ou, se preferir, um pequeno tapete de banho que adira ao fundo da banheira. É muito importante que, antes de colocar a criança dentro ou fora do banho, dispense alguma atenção e cuidado na sua preparação e na preparação da criança.

Nunca deixe a criança sem supervisão ou sozinha na banheira ou numa ajuda técnica de apoio ao banho.

Algumas crianças com PC são difíceis de manusear, quando são colocadas e tiradas do banho, outras podem colocar as suas mãos e braços para trás em extensão, outras ainda podem ter dificuldades em controlar a cabeça ou terem baixo tônus no tronco e tenderem a escorregar. Em vez de colocar ou retirar a criança do banho numa posição semi-deitada, pode ser mais fácil flectir a criança primeiro, para que as ancas fiquem dobradas e o tronco e os braços venham para frente (**Imagem 1**). Se for difícil flectir a criança, como solução de curto prazo, pode tentar lava-la conforme mostrado na (**Imagem 2**).



Imagem 1



Imagem 2

À medida que a criança cresce, pode tentar lavá-la conforme as Imagens 3 e 4.



Imagem 3



Imagem 4

Outra possibilidade é dar banho à criança na base do chuveiro, caso este tenha piso antiderrapante. A dificuldade acrescida é a de que isso implica baixar a criança ao nível do chão e levantá-la do nível do chão.

Para uma criança com pouco controle da cabeça e tônus predominantemente baixo, pode ser útil experimentar alguns auxiliares de banho versáteis e fáceis de usar (**Imagens 5 e 6**).



Imagem 5



Imagem 6

Algumas crianças empurram a cabeça para trás, especialmente quando estão a lavar a cara e a cabeça.

Isto às vezes pode ser evitado trazendo os dois braços da criança para frente e enrolando uma toalha nos ombros e no peito. (**Imagem 7**).

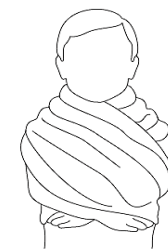


Imagem 7

Se a criança for capaz de tomar banho de forma independente, a ajuda pode ser dada colocando dois tapetes antiderrapantes, um dentro da banheira e o outro fora, e também colocando uma caixa ou banquinho à altura adequada, no qual a criança se pode sentar antes de entrar e sair o banho (**Imagem 8**).

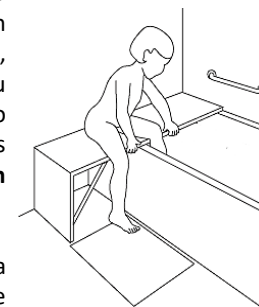


Imagem 8

Se possível, tenha um suporte para a criança se segurar, as barras de apoio podem ser úteis. Certifique-se de que o banho contém apenas alguns centímetros de água e verifique a temperatura da água.

Cuidados preventivos para as costas para cuidadores.

Dar banho a uma criança com PC mais velha pode sobrecarregar as costas do cuidador, com consequências no futuro. Assim, pense também na melhor posição para se posicionar.

Ajoelhar-se numa almofada ou sentar-se num banquinho ao lado da banheira reduzirá a tensão nas suas costas. Se tiver que retirar a criança do banho ao colo, veja as orientações do flyer “Pegar ao colo e transportar”.