

# CUIDADOS NO USO DO COLETE DE JEWETT E CRUCIFORME

Serviço de Ortopedia

## Não se esqueça!

O colete é **essencial**  
no tratamento da sua lesão.

Não interrompa o tratamento  
sem indicação do seu médico.

Esclareça as suas dúvidas  
com os **profissionais de saúde.**



**SNS** SERVIÇO NACIONAL  
DE SAÚDE



### Unidade de Santo Tirso

Tel. 252 830 700 | Fax. 252 858 986

Morada: Largo Domingos Moreira  
4780-371 Santo Tirso

### Unidade de Famalicão

Tel. 252 300 800 | Fax. 252 312 963

Morada: Rua Cupertino de Miranda s/n  
Apartado 31 4761-917 V.N.Famalicão

Serviço de Ortopedia:  
252 300 854



# O que são e quando são usados?

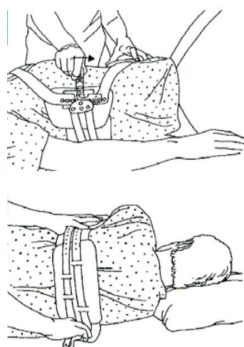
Os coletes de Jewett e Cruciforme são dispositivos ortopédicos usados para suportar, alinhar, prevenir ou corrigir deformidades da coluna ou para diminuir a dor.

São utilizados no tratamento de fraturas da coluna, aquando do levantar.

Antes de utilizar o seu colete, este deve ser avaliado por um profissional de saúde, por forma a garantir que o colete esteja ajustado às dimensões do seu corpo.

## Como colocar o colete?

- Lateralizar a pessoa, mobilizando-a em bloco (tronco, anca e pernas ao mesmo tempo), e colocar sob ela a componente posterior do colete.
- Colocar a pessoa em decúbito dorsal e ajustar os fechos do colete.
- O colete deve estar estável e bem ajustado ao tronco.



## Cuidados a ter

- Usar uma t-shirt de algodão sob o colete para proteger a pele e ajudar a absorver a transpiração.
- Colocar o colete sempre antes de sair da cama.
- Ao levantar, lateralizar-se primeiro na cama antes de o fazer.
- Só retirar o colete quando deitado na cama, permanecendo na posição de decúbito dorsal (de barriga para cima).

## Perguntas Frequentes

### Porque é que o colete tem que estar tão apertado?

Um colete perfeitamente ajustado assegura que não haverá nenhum movimento involuntário que possa lesar a coluna e mantê-lo corretamente posicionado.

### Como posso fazer para tratar da minha higiene?

Os cuidados de higiene do tronco devem ser realizados de forma parcial no leito ou no wc, sem retirar o colete. Depois poderá usar o chuveiro para fazer a restante higiene.

### Que atividades poderei fazer em casa?

As suas atividades serão necessariamente limitadas. Deverá andar pausadamente e com uma postura direita. Não salte nem corra. Não pegue em pesos.