

Como vestir e despir pessoas com mobilidade limitada: análise de documentos informacionais

How to dress and undress people with limited mobility: analysis of informational documents

Mariana Morais Santana Da Silva¹

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8534-7211>

Denise Dantas²

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4419-6394>

[resumo] O ato de se vestir e despir é uma atividade da vida diária (AVD) que exige aptidão e habilidades motoras específicas e, por isso, algumas pessoas necessitam de auxílio para a realização desta e de outras AVDs. Com isso, estabelece-se uma relação diária entre a pessoa cuidadora e a pessoa cuidada. Neste artigo, é apresentada uma análise de conteúdo dos documentos informacionais para pessoas cuidadoras em relação à execução das AVDs, buscando o passo a passo e os aspectos relevantes a serem considerados para a realização da atividade de vestir e despir assistido. Foi realizada uma revisão bibliográfica não sistemática em arquivos acadêmicos e não acadêmicos e, posteriormente, a análise e categorização do conteúdo, organizando os dados em formato de lista de requisitos. Como resultado, são apresentadas as recomendações relevantes identificadas para a assistência satisfatória durante a atividade de vestir e despir pessoas com mobilidade limitada.

[palavras-chave] **Vestir e despir assistido. Documentos informacionais. Usuários com mobilidade limitada. Vestuário adaptativo.**

¹ Mestre em Têxtil e Moda na EACHUSP. 1. Doutoranda em Design : Processos e Linguagens na FAUUSP. 1. marianamorais@usp.br 1. lattes.cnpq.br/1852941006253613

² Docente na Universidade de São Paulo na graduação e pós-graduação em Design, coordenadora do Lab-Design FAUUSP e colíder do grupo de pesquisa Design em Ação. 2. dedantas@usp.br 2. lattes.cnpq.br/76369373005 87505

[abstract] The act of dressing and undressing is an activity of daily living (ADL) that requires aptitude and specific motor skills; therefore, some people need help to perform this and other ADLs. Consequently, a daily relationship is established between the caregiver and the person being cared for. This article presents a content analysis of informational documents for caregivers regarding the execution of ADLs, seeking step-by-step instructions and relevant aspects to be considered when carrying out the assisted dressing and undressing activity. A non-systematic bibliographic review was conducted in academic and non-academic sources, followed by the analysis and categorization of the content, organizing the data into a list of requirements format. As a result, relevant recommendations are presented for satisfactory assistance during dressing and undressing for people with limited mobility.

[keywords] **Co-dressing. Informational documents. Limited mobility users. Adaptive clothing.**

Recebido em: 26-04-2024.

Aprovado em: 05-08-2024.

O vestuário e a relação de cuidado

No Brasil, a população de pessoas com deficiência com 2 anos ou mais, de acordo com o Censo do IBGE de 2022, conta com 18,6 milhões de pessoas, sendo 8,9% (Brasil, 2023) da população total brasileira. A população idosa, que se encontra em um cenário onde o envelhecimento natural conta com o alargamento da longevidade, dados os avanços médicos, de acordo com o mesmo censo, era de 31,2 milhões de pessoas com 65 anos ou mais, representando 14,7% da população em 2022 (Brasil, 2023). Um grande número de pessoas integrantes dessas populações pode necessitar da assistência de pessoas cuidadoras para sua participação plena na sociedade.

Entre as barreiras para essa participação, estão aspectos relativos ao ambiente habitado, bem como às funções mentais, físicas, motoras e/ou sensoriais dos indivíduos. O vestuário típico também se apresenta como uma barreira, dificultando a execução satisfatória da atividade de vestir e despir. O uso de roupas tradicionais implica em lidar com mais problemas de funcionalidade, desta vez em aspectos das peças do vestuário, projetadas para manipulação e utilização do corpo em posição vertical, e não sentada ou deitada, que é a realidade de diversos usuários. A impossibilidade de colaboração da pessoa sendo cuidada também pode dificultar a realização da atividade de vestir e despir, devido a aspectos que podem estar relacionados à amplitude de movimento limitada, contraturas, rigidez, paralisia ou limitação do movimento e ao uso de próteses.

A indisponibilidade de vestuário adaptativo faz com que habilidades de adaptação sejam exercidas na atividade de vestir e despir usuários com mobilidade limitada, que se beneficiariam de modelagens específicas, com aberturas e materiais apropriados às suas

características e necessidades. A aparência do vestuário afeta a percepção do usuário sobre si e do social sobre ele. Utilizando-se de parâmetros da moda vigente, que indica as tendências a serem seguidas e almeçadas, o vestuário é o produto final, que materializa as questões de normalização da aparência através de sua padronização de silhuetas, grades de tamanho e padrões de mobilidade. Sendo o vestuário típico projetado para o corpo bípede e ereto, que se mantém na posição vertical, aspectos relevantes à figura sentada, deitada e/ou com mobilidade comprometida são ignorados, como o aumento da amplitude dos membros inferiores do corpo sentado, o encurtamento do tronco, além dos pontos de pressão constantes e aspectos relativos à pele e outras características individuais relativas à mobilidade limitada.

A condição de pessoa cuidadora é uma experiência nova e exige habilidades de adaptação e aprendizado para a realização das atividades cotidianas, de uma maneira diferente, relativas tanto à atividade de vestir e despir quanto às outras AVDs. Quando deparado com a situação de tornar-se cuidador de alguém, instruções se fazem necessárias, já que o aprendizado dessa nova atividade conta com diversos fatores que requerem prática e informação e atravessa aspectos ambientais além das características das pessoas participantes da atividade. Condições específicas e fatores individuais das pessoas participantes podem interferir na realização plena da tarefa, tais como as condições climáticas, as condições ambientais, a saúde física e mental, além das outras necessidades da vida diária das pessoas cuidadoras.

A relação de cuidado entre pessoas cuidadas e pessoas cuidadoras se configura pela tomada de decisões (relativas à compra, ao vestir, à análise da temperatura), da solução de problemas e da realização das atividades das AVDs propriamente ditas, como vestir e despir, alimentar, higienizar, entre outras. O tempo investido nessas atividades durante a rotina do dia a dia pode ser extenuante para as pessoas participantes, sendo um aspecto importante a ser considerado. A utilização de acessórios, bem como a existência de instruções claras para a realização das atividades, podem ser fatores que auxiliam para facilitar a relação no dia a dia.

No entanto, o ato de vestir e despir é uma AVD que exige aptidão e habilidades motoras específicas e, por isso, algumas pessoas necessitam de auxílio para a realização desta e de outras AVDs. Com isso, estabelece-se uma relação diária entre a pessoa cuidadora e a pessoa cuidada. Essa relação pode ser conturbada e aprimorada com a prática. Nesse cenário, pode ser complexo alcançar a satisfação das pessoas participantes, as cuidadas e as cuidadoras, em sua relação com o vestuário e com a atividade de manipulação deste. Considerando-se que essa não é uma atividade comum, que necessita de adaptação e da construção de uma relação entre os indivíduos para sua execução no dia a dia, a organização de informações relativas ao vestir e despir do outro se mostra relevante. A disponibilização de informações instrucionais relativas à execução das tarefas auxilia na solução de dúvidas e potencializa a sensação de poder de realização da atividade, proporcionando um momento mais agradável para todas as pessoas envolvidas no vestir e despir.

Torna-se relevante a comunicação direta e efetiva dessa informação, facilitando o aprendizado da pessoa cuidadora, das pessoas designers e dos profissionais de modelagem, já que essas informações também interferem diretamente no desenvolvimento de vestuário adaptativo, que considera a pessoa cuidadora como facilitadora do vestir, apontando aspectos a serem observados para o desenvolvimento da modelagem, plana ou tridimensional, almejando facilitar a atividade de vestir e despir pessoas com mobilidade limitada.

O objetivo da presente pesquisa é identificar e organizar, por meio de uma análise de conteúdo, as informações relativas às melhores práticas para a realização satisfatória da atividade de vestir e despir pessoas com mobilidade limitada, presentes em documentos informacionais, cartilhas e manuais, destinados às pessoas cuidadoras desses usuários, priorizando os que contam com uma seção direcionada à atividade de vestir e despir assistido. Busca-se apresentar uma lista que pode servir de referência para futuras pesquisas que tenham como ênfase pessoas com mobilidade limitada e que necessitam de assistência para a atividade de vestir e despir, bem como para consulta de pessoas cuidadoras que realizem essas atividades.

A atividade de vestir e despir e a (in)dependência

As AVDs são consideradas atividades de autocuidado para suprir as necessidades básicas do dia a dia, como a higiene pessoal, vestir-se e despir-se, alimentar-se, movimentar-se, entre outras. Para pessoas com uma ou mais deficiências combinadas, a realização destas envolve uma estreita relação com o outro, sejam familiares e/ou pessoas cuidadoras de referência.

A atividade de vestir e despir assistido aconteceu na história da humanidade em diversos contextos, como, por exemplo, entre os séculos XIV e XVIII, quando ser vestido e despidido tornou-se uma questão de sustentar status sociais da classe alta, que ostentava camadas complexas de roupas, com fechamentos que necessitavam de assistência para vesti-las, contando, para isso, com empregados dedicados exclusivamente às atividades diárias de asseio pessoal (Open Culture, 2018). Porém, no cuidado de pessoas que necessitam de assistência, essa dinâmica ocorre em outro espectro, contando com aspectos específicos para o desenvolvimento da atividade, a depender de onde ocorre e por quem é realizada, podendo ser por pessoas cuidadoras familiares dentro das próprias residências ou por profissionais da saúde em ambientes médicos.

A realização da atividade de vestir e despir exige prática e destreza, sendo uma habilidade que se deve aprender a realizar. Durante a infância, somos treinados a realizar os passos necessários para atingir a independência no fazer. Outro exemplo de aprendizado dessa atividade é o necessário durante a reabilitação de indivíduos que viveram alterações em relação à mobilidade ou à cognição, como, por exemplo, os que sofreram algum acidente ou passam pelo processo natural de envelhecimento do corpo, onde se torna necessária a adaptação para um novo modo de fazer.

Porém, algumas pessoas com deficiências físicas restritivas, pacientes com lesões graves ou idosos, não estão aptos a executar as AVDs de maneira independente, sendo necessário auxílio para a realização destas. Para facilitar o processo de aprendizado das pessoas cuidadoras, estão disponíveis na internet, em hospitais ou outros centros de cuidado e reabilitação, cartilhas e outros formatos de documentos com orientações gerais, que guiam os primeiros passos dessa relação. Estes visam fomentar uma relação de cuidado que, por meio de treinamentos e práticas diárias, busca estabelecer um nível de assistência que diminui com o passar do tempo, almejando, com isso, ao limite do possível, a autonomia por meio da reabilitação.

Segundo o manual de habilidades do vestir provido pelo *NHS Foundation Trust* (s.d.), o primeiro nível de aprendizado em relação ao vestir e despir na infância conta com o máximo de ajuda possível, o início do chamado “*backward chaining*”³, sendo suposto que avance até o mínimo possível de assistência, em que apenas se auxilia verbalmente. É proposto observar o desenvolvimento da criança e diminuir ao passo da ocorrência deste (South Warwickshire NHS Foundation Trust, p. 11). Se a criança consegue completar a tarefa apenas com os comandos orais, está pronta para vestir-se sozinha.

Existem, dentro da comunidade de profissionais da saúde, diversos sistemas para a aferição das habilidades de um indivíduo, visando elencar e classificar em graus quais cuidados são necessários e em quais aspectos ou níveis. De acordo com Possatto Barbosa *et al.* (2016), os métodos de avaliação são importantes para determinar o planejamento de um tratamento, descrever o desenvolvimento do indivíduo e quantificar a função analisada. O principal objetivo é analisar a dependência do paciente internado, estimar o tipo e a quantidade de recursos necessários.

O nível de incapacidade de realização das atividades durante a infância pode ser aferido por meio de ferramentas como o Inventário de Avaliação Pediátrica de Incapacidade, o Sistema de Classificação da Função Motora Global (SCFMG) e o Sistema de Classificação da Habilidade Manual (SCHM) ou Sistema de Classificação das Capacidades de Manipulação (SCCM) (Aragão, 2018).

Para aferir o nível de dependência de idosos, é proposta a utilização da Escala de Katz (Duarte; Andrade; Lebrão, 2007). Para pacientes paliativos, vítimas de encefalopatia, AVC, entre outras condições médicas que requerem algum nível de assistência, deve ser utilizado o Sistema de Classificação de Pacientes (SCP), que consiste na identificação das necessidades de cuidado dos pacientes, individualmente incorporados em categorias. É utilizado também o Cuidado Progressivo dos Pacientes (CPP), utilizando o Método de Perfil Simples do Escore de Schein/Rensis Likert para desenvolver uma classificação com base nos cuidados prestados/ofertados, classificando os pacientes entre cuidados mínimos (PCM), onde o autocuidado é possível, cuidados intermediários (PCI), estável autossuficiente quanto ao atendimento das necessidades humanas básicas, estável com parcial dependência de profissionais de enfermagem para o atendimento das necessidades humanas básicas, cuidados semi-intensivos (PCSI) e intensivos (PCIT), e os pacientes graves e recuperáveis, com risco iminente de morte, sujeitos à instabilidade das funções vitais, requerendo assistência de enfermagem e médica permanente e especializada (Pereira, 2014, p. 39).

A Organização Mundial da Saúde (2001) propõe uma Classificação Internacional de Funcionalidade (CIF) complementar à Classificação Internacional de Doenças (CID). A última classifica as doenças e seus sintomas, enquanto a primeira descreve a saúde e o perfil de funcionalidade e/ou de incapacidade do indivíduo com determinada doença ou condição de saúde. Existe também uma versão da CIF específica para crianças e jovens, a ICF-CY (World Health Organization, 2006), traduzida para o português brasileiro como CIF-CJ (OMS, 2011, *apud* Brasil, 2008, p. 15).

³ Um método de ensinar a atividade em um encadeamento para trás a partir do objetivo. Por exemplo, ensinar a amarração de um tênis possibilitando que a criança faça o último nó do cadarço com o laço que o segura no lugar já realizado anteriormente.

Passo a passo

Visando compreender quais são as indicações gerais e as necessidades a serem observadas para vestir e despir pessoas com mobilidade limitada, debruçou-se sobre documentos informacionais, cartilhas e manuais, que visam comunicar às pessoas cuidadoras aspectos relativos aos cuidados diários de pessoas que necessitam de assistência para a realização das AVDs. O objetivo foi identificar, agrupar, organizar em categorias e apresentá-las numa lista que pode servir de referência para futuras pesquisas e para pessoas cuidadoras.

Foi realizada uma pesquisa qualitativa de revisão bibliográfica, não sistemática, de conteúdo, em arquivos acadêmicos e não acadêmicos e, posteriormente à análise e categorização do conteúdo destes, a organização dos dados reunidos em formato de lista de requisitos.

Os documentos informacionais são organizados e disponibilizados online, com PDFs para download, vídeos ou listas publicados em sites institucionais. Esses materiais, organizados por profissionais e pesquisadores da área de saúde, visam fornecer informações relativas à realização das tarefas, proporcionando um plano seguro e eficaz para sua satisfatória execução.

A pesquisa foi realizada através do *Google*, *Google Scholar* e *PubMed*. O período definido para a coleta de dados nas bases foi de 6 de dezembro de 2022 a 6 de janeiro de 2023. Os descritivos utilizados na busca foram “*guidelines for assisting with dressing*”, “*general guidelines for dressing and undressing*”, “*assisting with dressing*”, “*recommendations for support in dressing others*”, “*how to assist a dependant patient to dress*”, “*being dressed*”, “*patient clothing*”, “*vestir pessoas acamadas*” e “*vestir pessoas cadeirantes*”.

A seleção dos documentos a serem analisados foi realizada a partir dos descritivos presentes nos títulos, resumos, sumários e da relevância do seu conteúdo, sendo preferidos os direcionados às pessoas cuidadoras e não os que visam a autonomia no vestir e despir, a fim de agrupar os requisitos para vestir pessoas às quais não é possível a autonomia, distribuídos por organizações médicas e científicas.

Os documentos foram analisados a fim de identificar os requisitos para a realização da atividade de maneira ideal. Foram priorizados, para a análise, os documentos que apresentassem passo a passo e indicações para melhores práticas durante a atividade de vestir e despir assistido. A análise considerou as informações que se repetem frequentemente entre os documentos, agrupando-as entre as seguintes categorias: posição dos corpos, ordem do vestir, comunicação, materiais, acessórios assistivos, peças do vestuário, indicações de termorregulação, manipulação dos corpos, manipulação do vestuário, “*autonomia/aprendizado/awareness*”, indicações, informações importantes destacadas.

São foco da pesquisa usuários sem a possibilidade de autonomia ou com limitações de mobilidade no vestir e despir devido a doenças musculoesqueléticas (DME) ou disfunção neuromotora (DNM), que contam com auxílio de cuidadores de referência. Os usuários abarcados nos documentos analisados foram: bebês, idosos, pacientes paliativos, pacientes com encefalopatias, AVC e paralisia cerebral, com mobilidade limitada, portanto com participação mínima na atividade de vestir e despir, contando com maior envolvimento da pessoa cuidadora para a realização da tarefa, sendo este o ponto comum entre eles.

Entre os documentos analisados estão:

- a. Documentos informacionais com orientações médicas para assistência na realização das AVDs, direcionadas a diferentes pessoas cuidadoras (guias, cartilhas, manuais, diretrizes) ;
- b. Sites de rede de auxílio às pessoas cuidadoras em ambientes domésticos;
- c. Sites de hospitais;
- d. Teses e artigos acadêmicos;
- e. Documentos de programas de treinamento para profissionais da terapia ocupacional e da reabilitação.

Os resultados foram organizados em forma de requisitos detalhados.

Como vestir e despir pessoas com mobilidade limitada

Entre 51 documentos localizados, foram selecionados onze, com base na existência de tópicos dedicados à atividade de vestir e despir assistido, direcionados às pessoas cuidadoras de bebês, idosos e pessoas com deficiências, que possuem condições impeditivas crônicas ou adquiridas, pacientes em hospitais, casas de repouso ou ambientes domésticos. Sendo oito textos e três vídeos, desenvolvidos para a comunicação com diversas pessoas cuidadoras, entre estas, enfermeiros, terapeutas ocupacionais, terapeutas de reabilitação física e familiares.

Os documentos foram encontrados nas áreas de terapia ocupacional, terapia da reabilitação, enfermagem e em centrais de apoio a pessoas cuidadoras, organizados e distribuídos por instituições médicas, acadêmicas e governamentais. Grande parte dos textos encontrados aborda o vestir e despir de pessoas com deficiências sob a ótica da promoção da independência; assim, foram excluídos os documentos que contavam com a colaboração do usuário durante o ato de vestir e despir.

São estes os oito textos e três vídeos, listados a seguir:

Textos:

- a. *Manual de cuidados paliativos ANCP*. Academia Nacional de Cuidados Paliativos, 2012.
- b. *Guia prático do cuidador*. Brasil, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde, 2008.
- c. *Orientações sobre cuidados de crianças com paralisia cerebral para cuidadores e profissionais da saúde: um manual prático*. BARBOSA, J. M., 2014.
- d. *Prática interprofissional de enfermagem baseada em evidência sobre Déficit no autocuidado para vestir-se em UTI*. FERREIRA, C. K. S.; CRUZ, I. C. F., 2019.
- e. *Manual de orientação PREOCUPC*. Instituto Nacional de Traumatologia e Ortopedia, 2016.
- f. *Cuidado e convívio com pessoas com deficiência - Guia para familiares e cuidadores*. SILVA, A., 2021.
- g. *Dressing skills*, South Warwickshire. NHS Foundation Trust. Children, Young People and Families occupational Therapy Team. Acesso em: 2022.
- h. *Promoting the development of young children with cerebral palsy: a guide for mid-level rehabilitation workers*. World Health Organization. Rehabilitation Unit, 1993.

Vídeos :

- a. *Day-to-day care - General: assist in dressing and undressing*. Nursing Manual Healthnet Cafe. Acesso em: 07 jan. 2022.
- b. *Bathing and dressing (Caregiver College Video Series)*. Family Caregiver Alliance, 1996.
- c. *Dressing your baby*. The Ohio State University, 2023.

Durante a análise do conteúdo, emergiram informações para guiar a execução da tarefa de vestir e despir assistido de forma satisfatória. A análise considerou as informações que se repetem frequentemente, apesar das indicações serem direcionadas a diferentes usuários. Posteriormente, os dados foram organizados em uma lista, com os requisitos a serem observados para a execução ideal da atividade de vestir e despir pessoas com mobilidade limitada.

A partir dos tópicos emergentes durante a análise dos conteúdos dos documentos, os dados foram divididos nas seguintes categorias:

- a. a posição dos corpos (do cuidador e do indivíduo sendo vestido e despidos);
- b. a ordem do vestir e despir;
- c. a comunicação durante o vestir e despir;
- d. quais são os materiais indicados a serem buscados no vestuário quando adquirido, que facilitam o vestir e despir;
- e. os acessórios assistivos que facilitam o vestir e despir;
- f. as peças do vestuário a serem priorizadas;
- g. os métodos para o vestir eficiente;
- h. como realizar a manipulação do corpo do indivíduo sendo vestido;
- i. como realizar a manipulação do vestuário durante a atividade;
- j. indicações sobre a termorregulação das pessoas ao serem vestidas e despidas;
- k. quais são os treinamentos para fomentar a autonomia, aprendizado ou conscientização da atividade, quando possível;
- l. quais são as indicações gerais de pontos importantes a serem observados para a realização da atividade de maneira ideal.

Todos os itens a seguir aparecem nas oito referências acima citadas e selecionadas para análise.

Posição dos corpos das pessoas participantes

A melhor posição é a que a pessoa cuidadora consiga controlar melhor a pessoa sendo vestida e despida, desde que a pessoa assistida se sinta confortável. Isso pode ser aferido por sua expressão facial.

São sugeridas as seguintes posições para as pessoas sendo vestidas e despidas:

- a. sentadas com apoio nas costas, sendo este apoio uma parede ou o corpo da pessoa cuidadora, posicionando a pessoa sendo vestida com o quadril e joelhos dobrados;
- b. deitadas de costas, com a barriga para cima, com travesseiros altos e resistentes no pescoço para elevar o ombro, e embaixo dos joelhos. Esta posição é indicada para os indivíduos maiores e mais pesados, visando facilitar o movimento dos membros;
- c. deitadas de barriga para baixo no colo da pessoa cuidadora. Esta posição é indicada para indivíduos com forte padrão extensor, que apresentam a cabeça e troncos jogados para trás;
- d. deitadas de lado, facilitando a separação das pernas e a extensão dos cotovelos, o que facilita o vestir e despir.

Métodos para o vestir e despir eficientes

O enrijecimento de membros do corpo é uma situação corriqueira entre indivíduos com disfunções neuromotoras, que podem apresentar resistência a certos movimentos, como afastar as pernas para vestir a calça ou estender os braços para vestir a manga da blusa (Barbosa, 2014). Sendo assim, as orientações sobre a manipulação correta do corpo da pessoa sendo vestida e despida se fazem extremamente relevantes, tornando-se um dos pontos principais a serem observados durante o vestir e despir do outro; seguido pela ordem do vestir, que indica qual parte do *corpo* é vestida primeiro, qual parte da *roupa* é vestida primeiro e o que vem em seguida.

Isso possibilita um planejamento prévio do vestir e despir, em que o ambiente é organizado para a realização satisfatória da atividade, com as roupas dispostas onde possam ser vistas por todos os participantes da atividade, fomentando um ambiente que seja tranquilo para acomodar a pessoa a ser vestida e despida. Busca-se, com isso, não criar agitação, facilitar o relaxamento corporal e diminuir a espasticidade – o que, conseqüentemente, facilita a atividade de vestir e despir.

Ordem do vestir

Uma ordem do vestir deve ser estabelecida, visando desenvolver uma rotina e também facilitar a realização da atividade. É proposto primeiro vestir o membro ou o hemisfério do corpo mais afetado e, posteriormente, o hemisfério com maior mobilidade, despindo este por último. É relevante saber a ordem do vestir para poder planejar as ações envolvidas na atividade, bem como para saber como posicionar a pessoa a ser vestida e despida da melhor maneira, gerando um ambiente tranquilo.

Comunicação

É importante informar à pessoa que ela está sendo vestida ou despida. Esta deve compreender o que está acontecendo. Ao dizer o que está ocorrendo enquanto se realiza

a atividade, aumentam as chances de aprendizado sobre a situação e de realização desta, além de criar laços de confiança e consentimento. Este fato é frequentemente reforçado nos documentos.

Fale com a pessoa enquanto a veste e despe, diga o nome das partes do corpo, das roupas, dos lados direito ou esquerdo, as cores e para que elas servem, mostrando e falando – ampliando, desta forma, o conhecimento da pessoa sendo vestida e despida. Sempre posicione as roupas onde essa pessoa possa vê-las. Encoraje a participação, pedindo que ela movimente algum membro ou finalize alguma ação com o intuito de concluir a atividade de vestir ou despir. A comunicação diminui a ansiedade e o constrangimento da situação.

Materiais

Em relação aos materiais ideais a serem buscados na composição do vestuário, entre tecidos e aviamentos que facilitam o vestir e despir das pessoas com mobilidade limitada, foram encontradas as seguintes indicações:

Deve-se utilizar: materiais naturais como o algodão, em roupas e cadarços, por serem macios, permitirem melhor movimentação, boa absorção e regulação térmica, além de escorregarem menos, no caso dos cadarços, e também no contato com a mão de quem os segura. O velcro é um material frequentemente citado como solução de fechamento fácil, em roupas e sapatos. O elástico também é indicado para diferentes soluções, desde a sua utilização nos cós das calças, substituindo fechamentos outros, até sua utilização como cadarço fixo, que possibilita o vestir e despir dos sapatos sem precisar desatá-los.

Deve-se evitar: tecidos sintéticos e inflamáveis, colchetes, correntes, botões pequenos, zíperes e alfinetes. É destacado também o resquício de resíduos de produtos químicos utilizados na lavagem das roupas como agentes fomentadores de irritações cutâneas, sendo necessária atenção a este aspecto, retirando sempre o máximo possível dos resíduos e utilizando produtos hipoalergênicos.

Acessórios assistivos

A utilização de objetos do dia a dia em contextos adaptados é comum entre os documentos. São mencionados travesseiros, a serem utilizados nos joelhos, além da cabeça, para proporcionar suporte; móveis, como mesas e cadeiras ou beiradas de camas, que servem como apoio durante a atividade de vestir e despir; e o uso de uma argola de chaveiros encaixada na ponta dos zíperes muito pequenos, ampliando a superfície para agarrar e movimentar o carrinho na abertura e fechamento. Além destes, também são mencionados os acessórios assistivos, desenvolvidos para facilitar o vestir e despir, como os *dressing sticks* (bastões com garras de metal na ponta que se encaixam nas cavas e argolas das roupas), as calçadeiras de sapatos com cabo longo e os *easy-reachers* (bastões com garras nas pontas que facilitam pegar objetos à distância), quando estes estiverem disponíveis.

Peças do vestuário a serem priorizadas

Devem ser escolhidas roupas que facilitem o vestir, com peças simples e fáceis de manipular, sendo necessário pouco esforço para vesti-las e despi-las, e com tecidos apropriados ao clima. É encorajado estimular a escolha de roupas que indiquem uma identidade própria, sendo aconselhável permitir que a pessoa a ser vestida e despida realize escolhas, quando possível, e não a deixe apenas vestindo fraldas.

As roupas devem ser confortáveis e com modelagens amplas, soltas do corpo, principalmente nos quadris; porém, deve-se observar que dobras nas roupas podem ocasionar escaras. É aconselhado evitar roupas justas, com fechamentos e bolsos traseiros, assim como os chinelos sem apoio no calcanhar. As calças devem ter elástico nas cinturas. A utilização de bolsos frontais é mais acessível para pessoas que permanecem sentadas. Para as peças superiores, como camisetas, camisas, vestidos ou casacos, as aberturas laterais ou frontais são as mais indicadas, de preferência com zíperes, ao invés de botões. Para pessoas com problemas cutâneos é indicada a adaptação do vestuário desmembrando as mangas do corpo da roupa e adaptá-las ao corpo do paciente utilizando velcros ou outro dispositivo de união.

É indicado o uso de sapatos desde o início da infância, facilitando o apoio dos pés no chão e o equilíbrio, tanto sentados quanto em pé, quando possível. Os sapatos devem ser de cano baixo, ter solas leves e emborrachadas antiderrapantes, com elástico na parte superior, ou velcro para o fechamento, sendo fáceis de colocar e retirar. Caso utilize cadarços, dê preferência aos chatos, de algodão ou de elástico. A utilização dos sapatos sem cadarço estilo *slip on* também é recomendada. As meias tubulares são mais indicadas do que as com calcanhar, por sua facilidade no vestir; porém, as meias com dedos e calcanhares coloridos facilitam reconhecer o lado certo do vestir. É necessário observar se os elásticos estão muito apertados.

Manipulação do corpo da pessoa sendo vestida e despida

É necessário acessar o momento de troca com calma e planejamento. Estabelecer uma rotina, a ordem do vestir e da manipulação do corpo do indivíduo pode facilitar a atividade. É indicado observar a ocorrência de indicadores não verbais de desconforto, especialmente em indivíduos incapazes de se comunicar com eficiência, investigando os fatores que aliviam ou pioram a dor (Ferreira; Cruz, 2019).

Manipulação do vestuário durante a atividade

É indicado oferecer as roupas de modo que a pessoa sendo vestida e despida tenha acesso a elas, disponibilizando-as para a escolha. Para facilitar o vestir é indicado:

- a. expandir o decote das peças superiores (camisetas, camisas, vestidos ou casacos) para acomodá-las na cabeça da pessoa sendo vestida e despida, depois de ter vestido as mangas, seguindo a ordem do vestir;
- b. enrolar o topo da meia para facilitar o vestir, e usar um *loop* na parte de trás para ajudar a puxá-la para cima.
- c. Não foram encontradas, na bibliografia consultada, indicações relacionadas às peças inferiores.

Termorregulação das pessoas sendo vestidas e despidas

Alguns indivíduos podem ter comprometida a capacidade de termorregulação ou de comunicação das percepções advindas desta função. Sendo assim, é indicado utilizar uma camada de roupa a mais do que a pessoa cuidadora está acostumada a usar, dependendo do clima, sendo importante estar atento à colocação ou retirada de agasalhos, ao momento em que isso for necessário. Esta informação não foi citada frequentemente, porém é um aspecto importante a ser considerado durante o vestir e despir do outro.

Treinamentos para fomentar a autonomia, aprendizado ou conscientização da atividade, quando possível

Notou-se a importância em estimular a participação das pessoas com mobilidade limitada, quais sejam, nas AVDs, sendo o ato de vestir e despir uma oportunidade para ajudar no desenvolvimento de habilidades e aprendizado sobre o próprio corpo. A comunicação, mencionada anteriormente, estimula o aprendizado e a participação do indivíduo em direção à sua autonomia. É indicado ajudar apenas com o que for necessário, encorajando a pessoa a realizar a última etapa da tarefa, quando possível, disponibilizando as roupas para que possa escolher o que quer vestir, aumentando assim sua autoestima e independência. A pessoa cuidadora deve respeitar a privacidade da pessoa sendo vestida e despida e permitir sua autonomia, quando isso se mostrar possível.

Indicações gerais, pontos importantes a serem observados para a realização da atividade de maneira ideal

As informações destacadas como importantes são, em geral, relativas à comunicação, ao estabelecimento de um ambiente seguro, à ordem do vestir e a avisos sobre a utilização do documento informativo para não substituir a necessidade de um atendimento médico. São indicações gerais, presentes repetidamente:

- a. Ter calma e separar um tempo para a realização da atividade, para que todos os participantes estejam tranquilos para executá-la;
- b. manter a modéstia do indivíduo, evitando despir quando não se mostrar necessário;
- c. manter as portas e cortinas do espaço fechadas durante a atividade de vestir e despir;
- d. manter o conforto térmico do ambiente;
- e. ser gentil com seus movimentos enquanto veste ou despe o outro, puxando as roupas – e não o indivíduo sendo vestido ou despido;
- f. parar a atividade caso não esteja tendo colaboração do indivíduo no momento; ter paciência e aceitação, pois estes podem se cansar facilmente durante a atividade.

Considerações sobre os materiais selecionados

Durante a análise dos conteúdos dos documentos, foram encontradas referências ao treino de habilidades das AVDs, à importância e à influência da participação da família durante o treinamento diário dessas atividades e à ligação entre a escolaridade e a renda dos familiares envolvidos com o indivíduo, como um fator diretamente relacionado à possibilidade de nível de assistência versus o avanço nas habilidades das AVDs (Pereira, 2014).

Alguns dos documentos analisados apresentaram poucas ou insuficientes informações (Silveira *et al.*, 2021), mas foram incluídos, pois os dados coletados geraram informações importantes quando conectados a outros documentos, complementando-os. Alguns documentos apresentam um passo a passo para a execução da tarefa e algumas indicações gerais sobre o vestuário (World Health Organization Rehabilitation Unit, 1993; Barbosa, 2014), enquanto outros abordam a pessoa sendo vestida e despida, seus corpos e necessidades (Silveira *et al.*, 2021; Ferreira; Cruz, 2019).

Os guias para indivíduos com paralisia cerebral foram os que apresentaram melhor detalhamento sobre a manipulação do corpo e a ordem de vestir (World Health Organization Rehabilitation Unit, 1993; Barbosa, 2014). A atividade de vestir foi destacada em dois documentos como uma atividade prática para a autonomia, sendo uma oportunidade para ajudar a pessoa a desenvolver habilidades (Instituto Nacional de Traumatologia e Ortopedia Jamil Haddad, 2016, e Academia Nacional de Cuidados Paliativos, 2012). Os documentos direcionados à comunidade da enfermagem (Ferreira; Cruz, 2019; Academia Nacional De Cuidados Paliativos, 2012) apresentam menos detalhamento de passo a passo para a execução da atividade, focando em aspectos de conforto e privacidade. Já os voltados para terapias ocupacionais ou da reabilitação (World Health Organization Rehabilitation Unit, 1993; South Warwickshire NHS Foundation Trust, 2022) focam na posição dos corpos e na manipulação durante a atividade. Por sua vez, os documentos voltados às pessoas cuidadoras familiares são os que apresentam melhor detalhamento de passo a passo, juntamente com os aspectos mencionados anteriormente (Instituto Nacional de Traumatologia e Ortopedia Jamil Haddad, 2016; Healthnet Cafe, 2022; Brasil, 2008; Silveira *et al.*, 2021).

Considerações sobre o conteúdo dos materiais selecionados

Nos materiais selecionados foram encontrados conteúdos muito relevantes para a AVD de vestir e despír assistido. As repetições mais frequentes neste conteúdo foram:

- a. *Manipulação do corpo*: como lidar com a espasticidade, com a falta de pontos de apoio próprios do corpo e como executar a atividade de maneira ergonomicamente correta em relação aos participantes. Sendo o enrijecimento uma situação corriqueira, orientações sobre a manipulação correta do corpo da pessoa sendo vestida se fazem extremamente relevantes, tornando-se um dos pontos iniciais a serem observados para o vestir do outro.
- b. *Ordem do vestir*: a ordem indicada é vestir o membro ou hemisfério do corpo mais afetado e, posteriormente, o com maior mobilidade, e despír este por último. Sendo, portanto, necessário observar :

Qual parte do corpo é vestida primeiro?

Qual parte da roupa é vestida primeiro?

Qual ação vem em seguida?

- a. *Comunicação*: informar o que está sendo realizado enquanto a atividade é executada, aumentando as chances de aprendizado da pessoa sendo vestida e despida sobre a situação e realização desta.
- b. *Autonomia*: proporcionar engajamento e/ou treinamento da pessoa sendo vestida e despida, para realizar a atividade com maior independência ou auxiliando a pessoa cuidadora durante a atividade.
- c. *Materiais*: quais são os mais indicados para a utilização da pessoa sendo vestida e despida, como tecidos e aviamentos.

Outras perspectivas

Neste estudo, verificou-se que a realização satisfatória da atividade de vestir e despir assistido de pessoas com mobilidade limitada depende da interligação de diversos fatores. Os resultados sugerem que a relação de cuidado depende de vários aspectos: empatia, comunicação, posicionamento dos corpos dos participantes, aspectos da modelagem e dos materiais utilizados no vestuário escolhido, além do ambiente físico destinado à realização da tarefa.

Este trabalho faz contribuições teóricas e práticas, ao proporcionar material de consulta para pessoas que se deparam com a posição de cuidadoras, colaborando com isso para o desenvolvimento de melhores relações de cuidado durante a realização da atividade, além de contribuir tanto para o bem-estar da pessoa cuidada quanto da pessoa cuidadora. Ao apresentar o passo a passo para a realização da tarefa, facilita-se o planejamento das atividades e gera-se abertura para mais investigações dos aspectos listados que colaboram para a realização da atividade de vestir e despir assistido, o que também contribui para a ampliação de conteúdo relativo a aspectos necessários para o desenvolvimento do vestuário adaptativo, facilitando o aprendizado de modelistas, designers e arquitetos, bem como de profissionais da saúde e pessoas cuidadoras familiares.

Quanto às limitações, por se tratar de uma pesquisa realizada em bases de dados online, que teve foco em cartilhas e manuais, apesar de contar com documentos acadêmicos disponibilizados às pessoas cuidadoras e ser realizada em um curto período de tempo, foram utilizados arquivos encontrados mais na superfície, enquanto podem estar disponíveis mais pesquisas acadêmicas em formato de teses, dissertações, artigos e livros que não foram consultados. Assim, mais pesquisas podem ser realizadas sobre o tema, consultando arquivos diferentes, que podem adicionar aos resultados da presente pesquisa.

Com estes requisitos em mãos, é possível trabalhar para o desenvolvimento de vestuário adaptativo e espaços de troca que considerem como ponto central as pessoas sendo vestidas e despidas e as pessoas cuidadoras, buscando soluções e inovações a partir das necessidades observadas e relatadas no dia a dia – visando, com isso, disponibilizar de produtos que facilitem a realização da AVD de vestir e despir assistido.

Mais pesquisas podem ser realizadas no campo do design e do vestuário para colaborar com a facilitação do vestir e despir assistido para pessoas com mobilidade limitada,

como o desenvolvimento e compilação de novos materiais e métodos de modelagem do vestuário, que visem soluções adaptativas, diferentes aberturas e fechamentos, além de acessórios assistivos que facilitem a manipulação durante o vestir e despir, e que considerem os usuários como centro do desenvolvimento. Também se faz pertinente a pesquisa no campo da arquitetura e design de interiores, em relação aos ambientes de troca acessíveis e soluções de transporte entre a cadeira de rodas e a cama utilizada para a troca.

Referências

ACADEMIA NACIONAL DE CUIDADOS PALIATIVOS. **Manual de Cuidados Paliativos ANCP**. 2ª ed. São Paulo, 2012.

ARAGÃO, N. L. **Avaliação da capacidade funcional de crianças com paralisia cerebral**. 2018. Monografia (Graduação em Fisioterapia) – Universidade Federal de Sergipe, Lagarto, 2018. 1 CD-ROM.

BARBOSA, J. M. **Orientações sobre cuidados de crianças com paralisia cerebral para cuidadores e profissionais da saúde: um manual prático**. 2014. Dissertação (Mestrado em Educação Física) – Universidade Federal de Viçosa, Viçosa. 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Diretrizes de atenção à pessoa com paralisia cerebral**. Brasília: Ministério da Saúde, 2014.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Secretaria de Gestão do Trabalho e da Educação na Saúde. **Guia prático do cuidador**. Brasília: Ministério da Saúde, 2008 (Série A. Normas e Manuais Técnicos).

BRASIL. Ministério da Saúde. **Protocolos Clínicos e Diretrizes Terapêuticas - PCDT**, 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/protocolos-clinicos-e-diretrizes-terapeuticas-pcdt#d>. Acesso em: 07 jan. 2022.

BRASIL. Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania. **Crescimento da população idosa traz desafios para a garantia de direitos**. Brasília: Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania, 5 out. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2023/outubro/crescimento-da-populacao-idosa-traz-desafios-para-a-garantia-de-direitos>. Acesso em: 13 ago. 2024.

BRASIL, Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania. **Brasil tem 18,6 milhões de pessoas com deficiência, indica pesquisa divulgada pelo IBGE e MDHC**. Brasília: Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania, 7 jul. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/assuntos/noticias/2023/julho/brasil-tem-18-6-milhoes-de-pessoas-com-deficiencia-indica-pesquisa-divulgada-pelo-ibge-e-mdhc>. Acesso em: 13 ago. 2024.

CIF: Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde / Centro Colaborador da Organização Mundial da Saúde para a Família de Classificações Internacionais em Português (Org.). Coordenação da tradução Cássia Maria Buchalla. 1. ed., 1. reimpr. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo, 2008.

DUARTE, Y. A. O.; ANDRADE, C. L.; LEBRÃO, M. L. O Índice de Katz na avaliação da funcionalidade dos idosos. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 41, p. 317-325, 2007. DOI: 10.1590/S0080-62342007000200021.

FERREIRA, C. K. S.; CRUZ, I. C. F. C. Prática interprofissional de enfermagem baseada em evidência sobre Déficit no autocuidado para vestir-se em UTI – revisão sistematizada da literatura. **Journal of Specialized Nursing Care**, v. 11, n. 1, p. 1-7, 2019.

FAMILY CAREGIVER ALLIANCE. **Bathing and Dressing** (Caregiver College Video Series). 1996. Disponível em: <https://www.caregiver.org/resource/4-bathing-and-dressing-caregiver-college-video-series>. Acesso em: 07 jan. 2022.

HEALTHNET CAFE. **Day-to-Day Care - General:** Assist in Dressing and Undressing. [s.d.]. Disponível em: http://www.healthnetcafe.com/content/day-to-day_care/general/dressing_and_undressing.html Acesso em: 07 jan. 2022.

INSTITUTO NACIONAL DE TRAUMATOLOGIA E ORTOPEDIA JAMIL HADDAD. **Manual de Orientação PREOCUPC**, 2016. Disponível em: https://www.into.saude.gov.br/images/pdf/cartilhas/atualizadas/4_Higiene-Corporal-e-Vesturio.pdf. Acesso em: 07 jan. 2022.

OPEN CULTURE. **How Women Got Dressed in the 14th & 18th Centuries:** Watch the Very Painstaking Process Get Cinematically Recreated. 2018. Disponível em: <https://www.openculture.com/2018/05/how-women-got-dressed-in-the-14th-18th-centuries.html> Acesso em: 07 jan. 2022

PEREIRA, P. O. **Manual de orientações e cuidados básicos de enfermagem a partir da complexidade de situações problema de clientes com encefalopatia crônica**. 2014. Dissertação (Mestrado Profissional em Enfermagem Assistencial) – Universidade Federal Fluminense, Rio de Janeiro, 2014.

POSSATTO BARBOSA, R. M.; LINHARES, T. G.; KUNZLER, B.; FARIAS, N. C. Métodos de avaliação na criança com paralisia cerebral. **Revista Brasileira Multidisciplinar**, [S. l.], v. 19, n. 1, p. 83-86, 2016. DOI: 10.25061/2527-2675/ReBraM/2016.v19i1.373.

SILVEIRA, A. *et al.* **Cuidado e convívio com pessoas com deficiência:** guia para familiares e cuidadores. Frederico Westphalen: Grafimax, 2021.

SOUTH WARWICKSHIRE UNIVERSITY NHS FOUNDATION TRUST. **Children, Young People and Families occupational Therapy Team Dressing Skills**. [s.d.]. Disponível em: https://www.swft.nhs.uk/application/files/4614/5995/2570/dressing_skills.pdf. Acesso em: 07 jan. 2022.

THE OHIO STATE UNIVERSITY. Wexner Medical Center. **Dressing your baby**. Atualizado em: 24 out. 2023. Disponível em: <https://www.healthwise.net/osumychart/Content/StdDocument.aspx?DOCHWID=acj5767> Acesso em: 07 jan. 2022.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **International Classification of Functioning, Disability and Health – Children and Youth version (ICF-CY)**. World Health Organization, 2006.

WORLD HEALTH ORGANIZATION REHABILITATION UNIT. **Promoting the development of young children with cerebral palsy: a guide for mid-level rehabilitation workers**. World Health Organization, 1993. Disponível em: <https://iris.who.int/handle/10665/62696>. Acesso em: 07 jan. 2022.

Agradecimentos

O presente trabalho foi realizado com apoio da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Código de Financiamento 001.

This study was financed in part by the Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior - Brasil (CAPES) - Finance Code 001.

Revisor(a) do texto: Luciene Ribeiro dos Santos de Freitas.

Mestra em Design e Arquitetura (FAUUSP). E-mail: lucyene@alumni.usp.br