

| | |
|--|-------------------------------|
| PROCEDIMENTO OPERACIONAL PADRÃO | POP N°: 17 |
| Título: Aplicação de Compressas ou Bolsas (gelo e quente) | Emissão: 07/16 |
| | Revisão: 02/18 e 09/21 |

1. Definição

A compressa ou bolsa de gelo (crioterapia) é uma técnica terapêutica que aplica frio nas camadas superficiais da pele, reduzindo o processo inflamatório localizado.

Já a bolsa de água quente aplica calor local levando à vasodilatação.

2. Objetivos

Compressa fria ou gelo

- Promover a vasoconstrição, controlar a hemorragia, aliviar a dor, diminuir edema e hematoma local, reduzir a hipertermia;

Compressa morna

- Promover a dilatação dos vasos sanguíneos; diminuir a reação inflamatória, dor e edema no local de aplicação.

3. Público-Alvo

Equipe de enfermagem.

4. Indicações e Contraindicações

IMPORTANTE:

| EFEITOS FISIOPATOLÓGICOS DA APLICAÇÃO DE CALOR E FRIO | | |
|---|------|--------|
| | FRIO | QUENTE |
| DOR | ↓ | ↓ |
| ESPASMO | ↓ | ↓ |
| METABOLISMO | ↓ | ↑ |
| FLUXO SANGUÍNEO | ↓ | ↑ |
| INFLAMAÇÃO | ↓ | ↑ |
| EDEMA | ↓ | ↑ |
| EXTENSIBILIDADE | ↓ | ↑ |

Indicações:

Compressa ou bolsa de gelo:

- Reduz a inflamação causada por lesões do sistema musculoesquelético, exercendo um profundo efeito fisiológico sobre o corpo;
- É o tratamento de escolha para as primeiras 24 a 48 horas após uma lesão;
- Quando usadas adequadamente, as aplicações frias diminuem significativamente a dor e



a imobilidade, pela redução do edema dos tecidos lesionados;

- Indicado como adjuvante analgésico para a dor crônica e o controle da espasticidade;
- Reduzir a temperatura corporal.

Contraindicações:

- Exceder tempo total de 20 min na aplicação local;

Compressa ou bolsa de gelo:

- Em pacientes que apresentem doença vascular periférica;
- Paresia e plegia;
- Vasoespasmo.

Compressa ou bolsa morna:

- Hemorragias;
- Lesões abertas ou feridas cirúrgicas;
- Fragilidade capilar;
- Luxação ou contusão.

5. Materiais e Equipamentos Necessários

- Prescrição médica atualizada;
- Luvas de procedimento (se sangue ou fluidos corporais estiverem presentes);
- Esparradrapo, faixas de tecido ou bandagem elástica;
- Tecido macio para cobertura: toalha, fronha ou meia;
- Toalha de banho ou cobertor e coxim à prova d'água;

Compressa Fria ou morna:

- Gaze absorvente (limpa ou estéril) dobrada no tamanho desejado;
- Bacia;
- Solução prescrita na temperatura desejada;

Bolsa de Gelo:

- Bolsa de gelo;
- Lascas de gelo e água;
- Compressa de gel comercial reutilizável (compressa fria);
- Compressa fria química comercial descartável;



Bolsa de Água morna:

- Bolsa com água morna;
- Pacote e calor artificial.

6. Descrição do Procedimento

1. Verificar a prescrição médica atualizada;
2. Checar se é o paciente certo, procedimento certo, hora certa, anotação certa, orientação ao paciente/acompanhante certa, direito do paciente a recusar o procedimento;
3. Apresentar-se ao paciente e acompanhante;
4. Comparar o nome completo e data de nascimento inscritos na pulseira de identificação do paciente com os dados do prontuário, placa do leito e confirmação verbal do paciente/acompanhante;
5. Perguntar se existe alergia látex ou algum material a ser usado no procedimento;
6. Explicar ao paciente/acompanhante o procedimento a ser executado e sanar possíveis dúvidas antes de executar o procedimento;
7. Higienizar as mãos (conforme POP 39) e calçar as luvas de procedimento;

Compressa Fria:

8. Reunir os materiais e levar até o paciente;
9. Verificar a temperatura da solução e molhar a gaze na bacia cheia com a solução fria; torcer para eliminar o excesso de líquido;
10. Aplicar a compressa na área afetada, moldando-a suavemente sobre o local (garante que o frio se dirija para o local da lesão);
11. Retirar, molhar novamente e reaplicar, conforme necessário, para manter a temperatura, não exceder mais de 30min no total;
12. Parar com a aplicação da compressa, caso observe intumescimento ou vermelhidão excessivos, cianose, maceração ou palidez e se o cliente relatar desconforto;
13. Descartar o material utilizado;
14. Retirar as luvas de procedimento e descartá-las em lixo próprio;
15. Higienizar as mãos (conforme POP 39);
16. Checar o horário, após a realização do procedimento na prescrição médica, prescrição de enfermagem e anotação de enfermagem;
17. Carimbe e assine o que foi registrado por você (aspecto da pele) no prontuário ou em impresso próprio.



Bolsa de Gelo:

18. Realizar os itens 1 ao 7;
19. Encher a bolsa com água fria e/ou gelo até completar 2/3 da capacidade da bolsa;
20. Pressionar a bolsa até que a água atinja a borda para expelir todo o ar;
21. Fechar bem a bolsa de borracha.
22. Verificar se ocorre vazamento na bolsa de água;
23. Verificar temperatura fria da água;
24. Reunir os materiais na bandeja e levar até o paciente;
25. Posicionar o paciente de acordo com o local a ser aplicado o frio;
26. Cobrir com uma toalha para proteção da área tratada;
27. Aplicar sobre o local indicado;
28. Avaliar a cada 10 minutos, ou conforme prescrição, condição cutânea do paciente. (Não exceder tempo total de 30 minutos);
29. Retirar a bolsa caso observe intumescimento ou vermelhidão excessivos, cianose, maceração ou palidez e se o cliente relatar desconforto;
30. Retirar a bolsa, após o tempo prescrito, e secar a pele;
31. Realizar a limpeza externa da bolsa com água e sabão e enxugá-la.
32. Encher a bolsa de ar;
33. Descartar o material utilizado;
34. Retirar as luvas de procedimento e descartá-las em lixo próprio;
35. Higienizar as mãos (conforme POP 39);
36. Checar o horário, após a realização do procedimento na prescrição médica, prescrição de enfermagem e anotação de enfermagem.
37. Carimbe e assine o que foi registrado por você (aspecto da pele) no prontuário ou em impresso próprio.

Compressa ou Bolsa morna:

38. Repetir todos os procedimentos acima citados, apenas trocar a temperatura da água para morna.

7. Riscos

1. De queimadura térmica;

8. Referências

- BOWDEN VR; GREENBERG CS. **Procedimentos de Enfermagem Pediátrica**. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013. 240 p. Tradução de Mariângela Vidal Sampaio Fernandes... et al. [Reimp. 2019].
- POTTER, PA; PERRY AG. **Guia completo de procedimento e competências de enfermagem**. 8º ed Rio de Janeiro: Elsevier, 2015.

Elaboração: ENF Elisabete de O. Mendes COREN/RJ 102101 e ENF Vivian Pereira de Paulo COREN/RJ 263559.

Revisão: ENF Marina da Silva Emiliano de Souza - COREN/RJ: 324605.

Aprovação: Divisão de Enfermagem (2019-2023).