

Tirar uma fotografia da sua ferida

Motivo para tirar uma fotografia da ferida

Razões clínicas

- **Um membro clínico (médico/enfermeiro/profissional de saúde) pode solicitar uma fotografia** para ajudar na avaliação célere da ferida e fornecer a recomendação ou tratamento corretos/mais adequados para o seu caso.
- **Pode ser solicitado que tire uma série de fotografias** para manter um registo da alteração da ferida, para que possam monitorizar a evolução da mesma.
- **As fotografias ajudam na continuidade dos cuidados prestados:** se precisar de consultar outro membro da equipa clínica.
- **Uma fotografia ajuda a monitorizar se o estado da ferida piorar:** para ser encaminhado para o profissional certo ou receber tratamento mais depressa.

Razões pessoais

- **Tranquilidade:** ter uma fotografia ou uma série de fotografias pode fazer com que se sintam menos preocupado.
- **Progresso da ferida:** pode observar os progressos e compreender melhor o está a acontecer com a sua ferida.
- **Mais conveniente:** também pode ser mais conveniente, uma vez que pode evitar deslocações à clínica ou centro de saúde.

Como obter a melhor fotografia possível

- **Certifique-se de que mostra o que o membro da equipa clínica precisa de ver:** o tamanho da ferida, onde se situa e o aspeto.
- **A ferida tem de estar no centro** da fotografia.
- **Tenha atenção ao fundo:** um fundo simples e neutro é a melhor escolha.
- **Cubra quaisquer áreas privadas** e esteja atento ao que está em segundo plano.
- **Utilize luz natural, se possível:** tente evitar a luz solar direta ou luzes intensas para não criar sombras ou fazer com que a ferida pareça plana. Se tiver uma cortina de rede, use-a para esbater a luz.
- **Certifique-se de que a fotografia está nítida** e que a ferida não está desfocada.
- **Peça a outra pessoa para tirar a fotografia** se não conseguir fazê-lo.
- **A consistência é fundamental:** se tirar uma série de fotografias em datas diferentes, use a mesma luz, no mesmo local e à mesma hora todos os dias.

Guardar e enviar fotografias

Envie fotografias usando o método solicitado pelo profissional de saúde, com a respetiva data. Se não souber ao certo como, pergunte ao profissional de saúde que solicitou a fotografia.

Alguns dispositivos guardam fotografias online (na nuvem). Guarde as fotografias clínicas em separado para proteger a sua privacidade.

LEMBRE-SE:

Qualquer fotografia é melhor do que nenhuma. Não faz mal se não for perfeita!



5 sugestões práticas para tirar uma boa fotografia da sua ferida

Veja estas sugestões para ajudar a tirar uma fotografia da sua ferida. O objetivo é obter uma fotografia nítida e bem focada. Faça os possíveis para tirar as futuras fotografias na mesma divisão, com o mesmo fundo e iluminação para ser mais fácil ver as alterações da ferida.

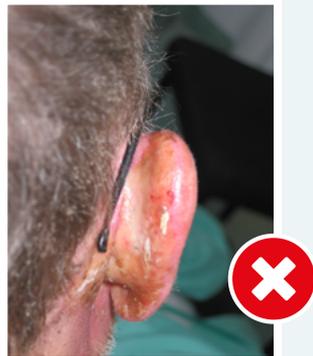
- 1 Escolha um fundo sem objetos** para a ferida ser bem visível. Um fundo neutro resulta melhor, com iluminação natural sempre que possível.



- 4 Tire fotografias de ângulos diferentes** para mostrar quaisquer protuberâncias ou a profundidade da ferida.



- 2 Remova artigos que possam desviar a atenção**, como joias, para que a imagem foque a ferida.



- 5 Tire fotografias a alguma distância e depois de mais perto.** Idealmente, deve ser claro onde a ferida se situa, particularmente se tiver mais de uma ferida no corpo.



- 3 Tire a fotografia de um ângulo superior.**



Para obter mais informações, leia este código QR ou visite nationalwoundcarestrategy.net/nwcsp-publications-and-resources

