

18 de julho de 2019

<http://justnews.pt/noticias/pe-diabetico-cerca-de-50-das-amputacoes-e-ulceracoes-poderao-ser-prevenidas>



Pé diabético: «Cerca de 50% das amputações e ulcerações poderão ser prevenidas»

Vanessa Dias

Enfermeira, USF Santo André de Canidelo, ACES Gaia. Membro da Direção da APTFeridas

Portugal é um dos países europeus com uma das mais elevadas taxas de prevalência de diabetes. Os dados do Observatório Nacional da Diabetes (2016) evidenciam que 13,3% da população com idade compreendida entre os 20 e os 79 anos é diabética, correspondendo a mais de 1 milhão de portugueses.

A prevalência de complicações relacionadas com a diabetes, nomeadamente o pé diabético, tende a aumentar em função do número crescente de pessoas com a patologia. A literatura evidencia vários fatores na etiologia das úlceras do pé diabético, nomeadamente: neuropatia diabética; doença vascular periférica; limitação da mobilidade articular e traumatismos de repetição.

Uma em cada 7 pessoas com diabetes irá ter uma úlcera de pé ao longo da vida. Em alguns casos, serão precisos meses de tratamento e, eventualmente, a pessoa acabará por sofrer uma amputação.

A amputação é, provavelmente, a mais temida e reconhecida complicação da diabetes. Cerca de 50% das amputações e ulcerações poderão ser prevenidas pela avaliação do pé, classificando-o e atribuindo-lhe o correto grau de risco de ulceração, permitindo assim a implementação de estratégias preventivas.

A literatura evidencia o contributo dos profissionais de saúde na prevenção de complicações e na manutenção da qualidade de vida da pessoa com diabetes, através de consultas de vigilância, do acompanhamento e do desenvolvimento de estratégias educacionais que auxiliem a pessoa diabética e sua família ou cuidadores na promoção de comportamentos de autocuidado, promovendo uma melhor gestão e adaptação ao regime terapêutico.



Vanessa Dias

A educação para a saúde dirigida à pessoa diabética ou seus cuidadores formais/informais, para promover o autocuidado com o pé, deve ser centrada na lavagem e na inspeção diária dos pés, assim como do calçado e meias; na secagem cuidada dos pés, especialmente do espaço interdigital; no corte de unhas ou limagem de modo reto; na utilização de emolientes para lubrificar a pele seca; no uso de calçado adequado, conforme o grau de risco da ocorrência de úlcera de pé; na não utilização de calçadas e na educação no sentido de evidenciar os riscos associados ao andar descalço, com meias ou com chinelos, para as pessoas com risco médio ou alto de desenvolver úlcera de pé diabético.

A maioria das amputações é precedida de úlcera. Assim sendo, será importante que a pessoa e as equipas de saúde desenvolvam intervenções no sentido de prevenir a ocorrência de úlceras ao nível do pé.

As intervenções efetuadas visam capacitar a pessoa para o desenvolvimento de comportamentos de autocuidado, reduzindo a incidência de ulceração, numa perspetiva integradora de cuidados, combinando estratégias de prevenção, que podem ser efetuadas a nível da pessoa, do prestador de cuidados (formal/informal) ou da estrutura de cuidados.

 **Jornal Médico**
DOS CUIDADOS DE SAÚDE PRIMÁRIOS

Artigo publicado no Jornal Médico dos cuidados de saúde primários.