

# “Exame do Pé na Diabetes”: Se Esquecido, fica Relembrado; se Nunca Lembrado, fica Disponível: “Teoria para a Prática”

Cláudia Sobreira Araújo<sup>1</sup>, João Amado<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Unidade de Cuidados de Saúde Personalizados de Caminha (ULSAM), Caminha, Portugal

<sup>2</sup>Instituto Ciências da Saúde – Universidade Católica Portuguesa, Porto, Portugal

**PALAVRAS-CHAVE** – *Diabetes Mellitus; Pé Diabético; Promoção da Saúde.*

## **Foot Exam in Diabetes: Theory to Practice**

**KEYWORDS** – *Diabetes Mellitus; Diabetic Foot, Health Promotion.*

Ao editor  
To the editor

As atuais reivindicações da Saúde, para pessoas cuidadas e profissionais – denunciam a lacuna, no passado, na valorização da promoção e proteção da saúde. Não esquecendo o percurso, até agora, trilhado para a melhoria da qualidade dos cuidados de saúde em Portugal, emergem, nos dias que correm, com significativa e louvável importância, medidas que transmitem o começo do que parece ser um efetivo interesse na Saúde. Tardias, mas muito bem-vindas, surgem então ações globais corajosas que dificultam a opção por estilos de vida pouco saudáveis – restrições ao uso de tabaco em ambientes públicos fechados, redução das quantidades de sal e açúcar em vários produtos alimentares e aumento do preço de produtos alimentares sem valor nutricional. O papel dos profissionais de saúde acaba por ser iluminado por essas limitações, na medida que se assumem como um forte recurso para o incentivo, e mais ainda para a concretização, da vida com mais saúde.

O caminho que se percorre deverá ser um caminho de sustentação: por um lado, divulgar e facilitar a adoção de estilos de vida mais saudáveis; por outro, intervir com rigor na travagem da evolução patológica de doenças que, no decorrer das últimas décadas, acabaram por assumir (infelizmente, até mesmo pelo seu caráter, em grande medida,

evitável) um lugar de destaque entre as doenças com maior impacto na morbidade e mortalidade [as quais profundamente relacionadas com estilos de vida – obesidade, hipertensão arterial e diabetes].

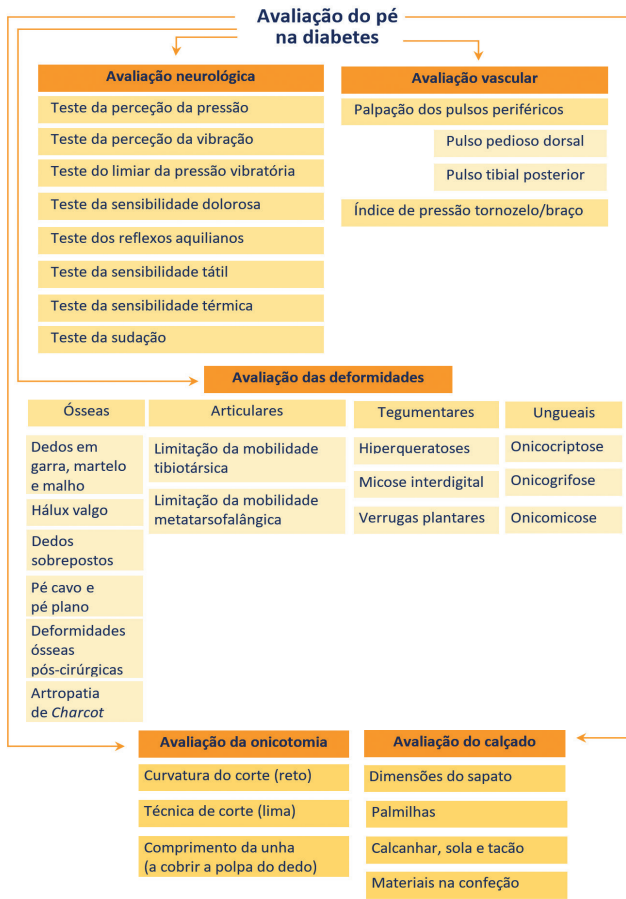
E é neste âmbito – e com uma visão mais positiva e (re) vigoros(d)a da Saúde – enaltecendo-se a impreterível necessidade de investimento na saúde mesmo quando perante a doença, que surge o livro *Exame do Pé na Diabetes: Teoria para Prática*. Este livro, de forma singular e enriquecida com ilustrações, reúne os aspetos mais importantes a considerar na prática clínica direcionada à proteção da saúde dos pés das pessoas com diabetes. E, ao mesmo tempo, brinda o leitor, que pretenda ampliar os seus conhecimentos teóricos e práticos, com a apresentação detalhada de aspetos úteis sobre o tema abordado – exame do pé nas pessoas com diabetes.

O livro estrutura-se em cinco capítulos: o primeiro é estritamente introdutório e apresenta os aspetos relacionados com a fisiopatologia, a classificação e a epidemiologia do pé diabético – por outras palavras, reúne, de forma sumária, os conceitos gerais sobre a patologia que [por recurso ao exame do pé, entre outras intervenções] se pretende prevenir – o pé diabético. O segundo capítulo expõe as principais classificações do risco de lesão no pé das pessoas com diabetes. O terceiro, destinado à apresentação dos parâmetros a considerar na avaliação do pé das pessoas com diabetes,

**Correspondência:** Cláudia Araújo  
Rua do Monte, 3 – Meadela  
4900-755 Viana do Castelo, Portugal  
**E-mail:** [sobreiraaraujo@sapo.pt](mailto:sobreiraaraujo@sapo.pt)  
**DOI:** <https://dx.doi.org/10.29021/spdv.76.1.884>

**Recebido/Received**  
11 Janeiro/January 2018  
**Aceite/Accepted**  
17 Janeiro/January 2018

# Carta ao Editor



**Figura 1** - Algoritmo para observação e avaliação das alterações do pé na diabetes mellitus.

encontra-se dividido em três subcapítulos: avaliação neurológica, avaliação vascular e avaliação das deformidades do pé (ósseas, articulares, tegumentares e ungueais). A onicotomia é abordada no capítulo seguinte, o quarto, e ocupa um lugar de destaque de entre as componentes com maior importância para a prevenção de lesão do pé, na medida em que os riscos associados ao corte incorreto das unhas são, de forma inequívoca, passíveis de serem minimizados, através do investimento na implementação efetiva medida educativas e de acompanhamento das pessoas e seus familiares. O último capítulo condensa várias considerações práticas sobre o calçado: seja a sua importância na saúde dos pés das pessoas com diabetes, seja a sua avaliação simplificada e ajustada ao contexto da prática clínica diária.

No contexto da proteção e manutenção dos pés saudáveis das pessoas com diabetes, será de realçar a importância do conhecimento dos fatores de risco locais precipitantes de lesão com o intuito, não apenas de prevenir o seu aparecimento, como também de intervir atempadamente na minimização do seu impacto. Deste modo, é evidente a necessidade de reconhecimento de que a prevenção das lesões, através da observação periódica dos pés por profissionais de saúde e do tratamento da patologia não ulcerada, é menos dispendiosa que o tratamento de lesões, que frequentemente se caracterizam pela cronicidade.

Ao mesmo tempo, e sem centrar na prevenção de lesões, o tratamento de algumas patologias do pé é por si mesmo precursor de uma melhoria significativa das condições de bem-estar das pessoas com diabetes. O tratamento de determinadas deformidades (hiperqueratoses, onicomucose, onicogrifose) do pé são intervenções que se traduzem, rapidamente, em conforto para as próprias pessoas com diabetes e em tranquilidade para os seus familiares e prestadores de cuidados. Ao mesmo tempo é essencial investir na correção de comportamentos (onicotomia) e de escolhas (calçado) através da educação da pessoa, seus familiares e prestadores de cuidados.

A par disto, a adesão dos utentes a um maior cuidado com os pés, em consequência da preocupação que os profissionais demonstram neste campo, é evidente. É de extrema importância reconhecer que a eficácia das linhas orientadoras para a prevenção e o tratamento dos problemas do pé nas pessoas com diabetes depende inevitavelmente de uma parceria efetiva entre clientes e profissionais. Assim, aos profissionais de saúde – enfermeiros e médicos – cabe um papel ativo no desenvolvimento de ações de educação e promoção da saúde, de forma a aumentar o nível de conhecimentos e a adesão ao regime terapêutico.

Todos e quaisquer profissionais de saúde serão reconhecidos e reconhecer-se-ão pelo investimento no empoderamento das pessoas com diabetes no autocuidado: as pessoas tomarão as decisões adequadas a partir da identificação das suas próprias necessidades e delineando e implementando as melhores estratégias para o controlo da diabetes e melhor qualidade de vida, sustentadas numa parceria consistente e efetiva com os profissionais de saúde – pois: profissionais qualificados protegem a saúde.

Cláudia Sobreira Araújo  
João Amado