

CARTILHA EDUCADUCATIVA

**ENFERMAGEM NA
SAÚDE DO ADULTO
E DO IDOSO**

Prevenção e cuidados com o pé diabético



**UNIVERSIDADE
ESTADUAL DO
MARANHÃO**



UNIVERSIDADE
ESTADUAL DO
MARANHÃO

CAMPUS GRAJAÚ

Flávio Dino de Castro e Costa
Governador do Estado do Maranhão

Carlos Orleans Brandão Júnior
Vice-Governador

Prof Gustavo Pereira da Costa
Reitor

Prof Walter Canales Sant'ana
Vice Reitor

Profa. Fabíola de Jesus Soares Santana
Pró-Reitora Adjunta de Graduação

Profa Ana Rita Bezerra
Diretora Uema Campus Grajau

Profa Joana Darc de Freitas
Diretora Curso de Enfermagem

Prof Eliel dos Santos Pereira
Professor Orientador

Janaina Sidra Guajajara
Laurrane Hellen do Carmo Silva
Marcelo Henrique Silva de Queiroz
Quesia de Sousa Silva
Discentes UEMA - Grajaú

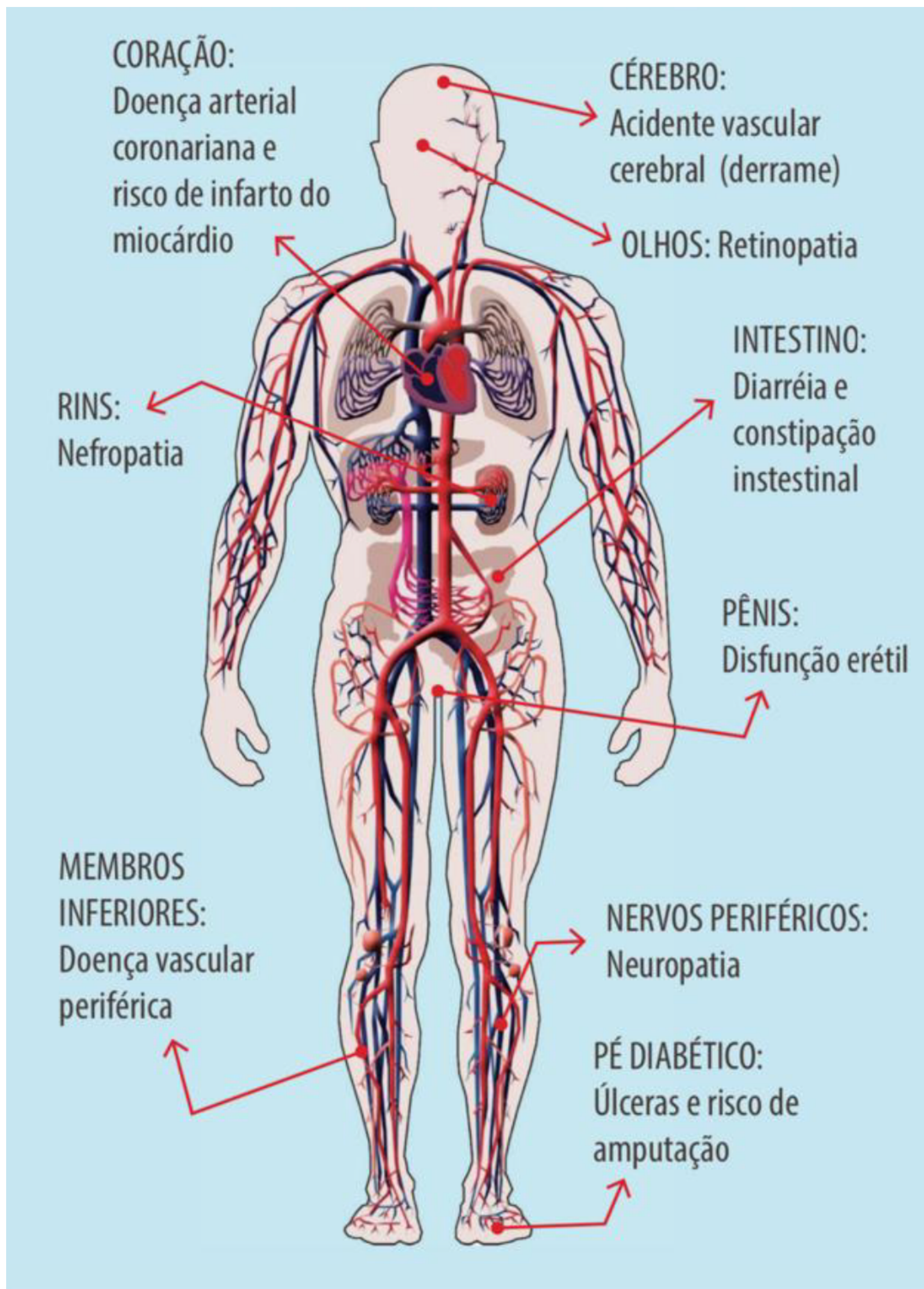
CUIDANDO DO SEU PÉ



OBJETIVO:

Orientar os familiares e idosos diabéticos quanto aos cuidados paliativos básicos, necessários para prevenir e evitar a progressão do pé diabético.

Complicações Diabetes Mellitus



O que é pé diabético?

Pé Diabético é a presença de infecção, ulceração e/ou destruição de tecidos profundos associados a anormalidades neurológicas e a vários graus de doença vascular periférica em pessoas com DM. (BRASIL, 2016)



O pé diabético é uma das complicações mais devastadoras do diabetes mellitus (DM). A medida que a longevidade da população aumenta, a incidência de complicações relacionadas à doença também aumenta e entre as complicações do DM os problemas nos pés representam a causa mais comum de amputação não traumática dos membros inferiores. (FORMIGA, 2020)

Prevenção

Deve-se ser realizada previamente avaliação dos pés da pessoa diagnosticada com DM2, e pós 5 nos o diagnóstico para a pessoa com DM1 por um profissional de nível superior enfermeiro ou médico. (FEDERAL, 2018)

Porque cuidar dos nossos pés?

Para mante-los saudáveis e prevenir complicações e feridas.



**Examinar os pés
diariamente, com auxílio
de um familiar ou usar um
espelho.**



**Não corte seus
próprios calos!**

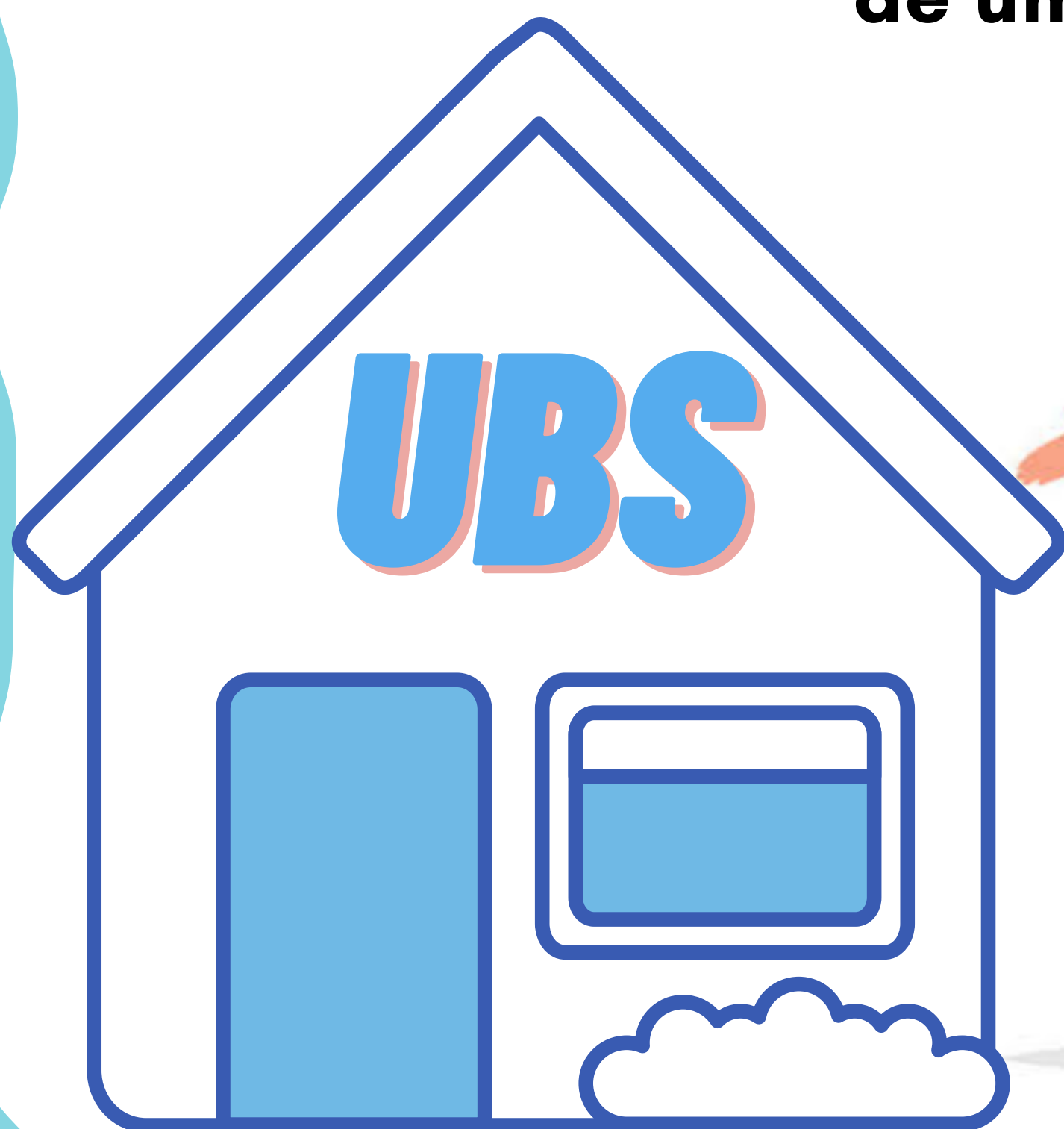


**Verificar se existe cortes,
rachaduras, calos, bolhas,
feridas e infecções.**

- Verifique todos os dias a cor das suas pernas e pés!



- Caso haja inchaço, calor, vermelhidão, coceira, dor ou (algum sinal da página anterior), procure a UBS mais próxima para uma avaliação de um profissional de saúde!



**OBSERVE A SENSIBILIDADE
DOS SEUS PÉS.**

**Pontos de Teste
da Sensibilidade**

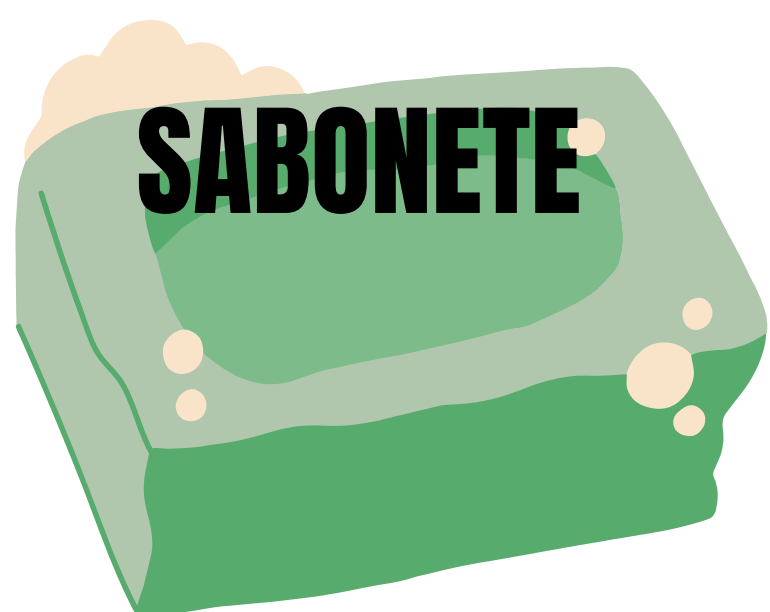


**Não perceber que o chão está
frio ou quente, apresentar calos,
rachaduras, bolhas e cortes
podem significar que seus pés já
estão insensíveis.**

**Lavar os pés regularmente
com água morna ou fria e
sabão neutro.**



**Não utilizar
água quente!**



**Em seguida enxugar os
pés cuidadosamente
principalmente entre os
dedos.**

**Sempre usar meias de algodão
ou lã sem costuras e elástico
ao utilizar calçados fechados.**



**Não andar
descalço!**

**Use sempre calçados
confortáveis.**

**Antes de calçar
inspecione e palpe a
parte interna dos
calçados a procura de
objetos que possam
machucar os pés.**



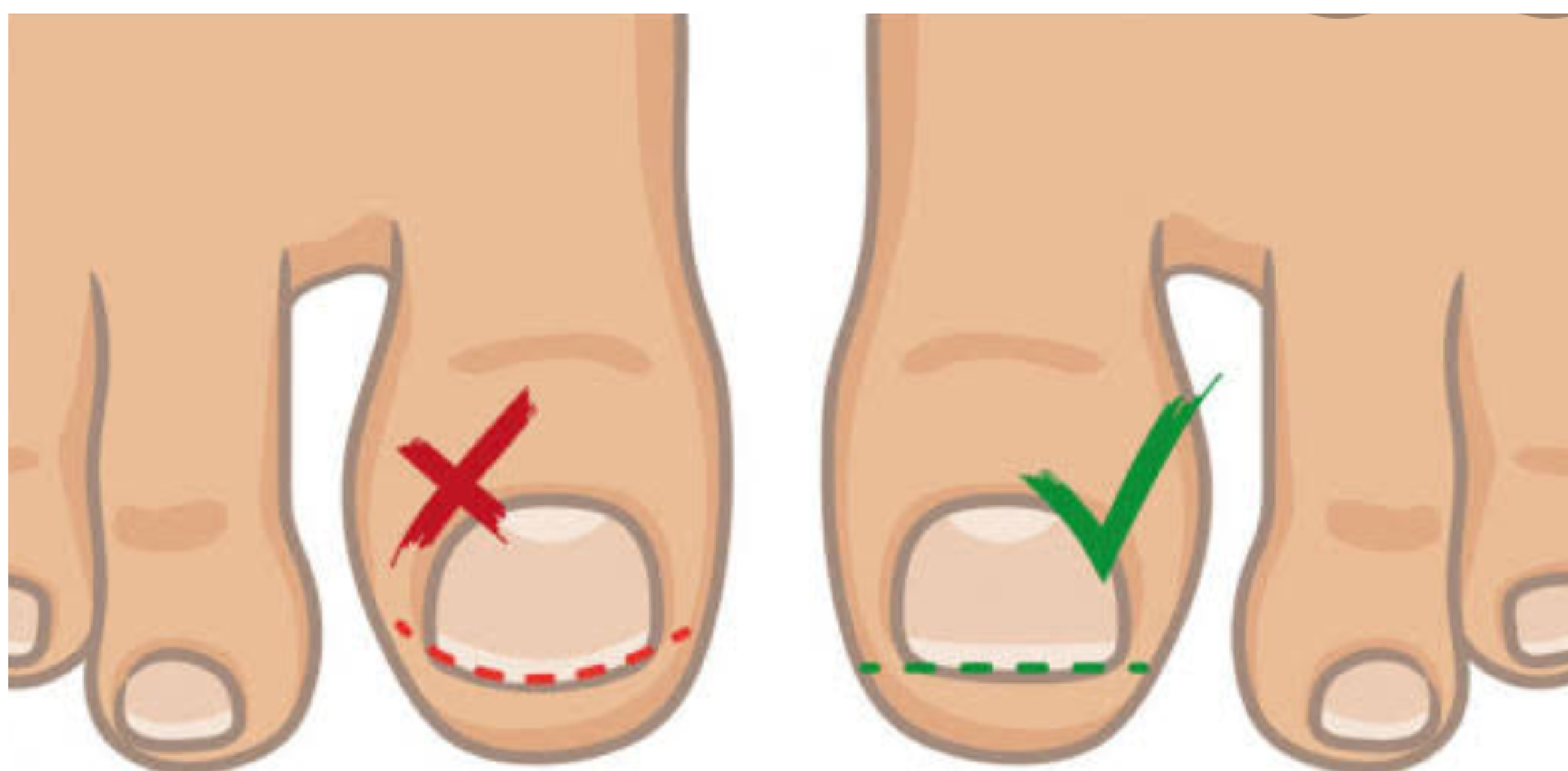
Mantenha a pele sempre hidratada!

Não passar cremes entre os dedos!



Use óleos ou cremes hidratantes.

**Corte as unhas
em linha reta na horizontal!**



**Não retire as
cutículas!**

**Não se sente por
longos períodos de
tempo!**



**Exercite-se
diariamente!**



NÃO FUME!



Dia Mundial do Idoso

Você sabia?

Todos os anos é comemorado no dia 01 de outubro o dia Mundial da Terceira Idade.

Essa data faz referência ao dia da aprovação do Estatuto do Idoso, em 2003.

No Brasil, o Estatuto do Idoso (Lei Federal n° 10.741 de 1 de Outubro de 2003) é um estatuto no qual são estabelecidos os direitos dos idosos. (BRASIL, 2016).



Referências

FORMIGA, Natália Pinheiro Fabricio et al. Estratificação de risco para pé diabético numa população de idosos acompanhados na atenção primária. **Revista Baiana de Enfermagem, v. 34**, 2020.

FEDERAL, GOVERNO DO DISTRITO. **Protocolo de Manejo do Pé Diabético na Atenção Primária e Especializada de Saúde**. Acesso em; 15 de mar de 2021. Disponível em; <http://saude.df.gov.br/wp-content/uploads/2018/04/PROTOCOLO-PE-DIABETICO.pdf>

MINISTÉRIO DA SAÚDE (BR); SECRETARIA DE ATENÇÃO À SAÚDE; DEPARTAMENTO DE ATENÇÃO BÁSICA. **Manual do pé diabético: estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica**. 2016.



APOIO



**UNIVERSIDADE
ESTADUAL DO
MARANHÃO**

CAMPUS GRAJAÚ

Curso de Enfermagem

Disciplina

Saude do Adulto e do Idoso

Professor Eliel dos Santos Pereira

2021