


Ermeson Moura Coelho
Erisson Moura Coelho
Maria Girlane S. A. Brandão
Thiago Moura de Araújo
José Erivelton de S. Maciel Ferreira
Clara Beatriz Costa da Silva
Dara Cesário Oliveira
Karoline Galvão Pereira Paiva
Karolina de Sousa Lopes
Joelita de Alencar Fonseca Santos
Francisco Cezanildo Silva Benedito
Breno Sousa Bandeira



Periodicojs
EDITORA ACADÊMICA

Manual de Cuidados com os pés de pessoas com diabetes



Ermeson Moura Coelho
Erisson Moura Coelho
Maria Girlane S.A. Brandão
Thiago Moura de Araújo
José Erivelton de S. Maciel Ferreira
Clara Beatriz Costa da Silva
Dara Cesario Oliveira
Karoline Galvão Pereira Paiva
Karolina de Sousa Lopes
Joelita de Alencar Fonseca Santos
Francisco Cezanildo Silva Benedito
Breno Sousa Bandeira



Volume XII da Seção Teses e Dissertações na

América Latina da Coleção de livros Estudos

Avançados em Saúde e Natureza

Manual de Cuidados com os pés de pessoas com diabetes

Conselho Editorial

Abas Rezaey

Izabel Ferreira de Miranda

Ana Maria Brandão

Leides Barroso Azevedo Moura

Fernado Ribeiro Bessa

Luiz Fernando Bessa

Filipe Lins dos Santos

Manuel Carlos Silva

Flor de María Sánchez Aguirre

Renísia Cristina Garcia Filice

Isabel Menacho Vargas

Rosana Boullosa

Projeto Gráfico, editoração e capa

Editora Acadêmica Periodicojs

Idioma

Português

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

M294 Manual de cuidados com os pés de pessoas com diabetes - Volume 12. / Ermeson Moura Coelho... [et al.] – João Pessoa: Periodicojs editora, 2022.

E-book: il. color.

Inclui bibliografia

ISBN: 978-65-89967-63-7

1. Cuidados. 2. Doenças- diabetes. I. Coelho, Ermeson M. II. Coelho, Erisson M. III. Araújo, Thiago M. IV. Oliveira, Dara C. V. Lopes, Karolina de S. VI. Bandeira, Breno S. VII. Brandão, Maria G. VIII. Ferreira, José E. IX. Santos, Joelita de A. X. Benedito, Francisco C. XI. Paiva, Karoline G. XII. Silva, Clara B. XIII. Título.

CDD 616.3

Elaborada por Dayse de França Barbosa CRB 15-553

Índice para catálogo sistemático:

1. Doenças: 616.3

Obra sem financiamento de órgão público ou privado

Os trabalhos publicados foram submetidos a revisão e avaliação por pares (duplo cego), com respectivas cartas de aceite no sistema da editora.

A obra é fruto de estudos e pesquisas da seção de Estudos Interdisciplinares em Ciências das Saúde da Coleção de livros Estudos Avançados em Saúde e Natureza



Filipe Lins dos Santos
Presidente e Editor Sênior da Periodicojs

CNPJ: 39.865.437/0001-23

Rua Josias Lopes Braga, n. 437, Bancários, João Pessoa - PB - Brasil
website: www.periodicojs.com.br
instagram: @periodicojs

Prefácio



A obra intitulada de “Manual de cuidados com os pés de pessoas diabeticas” é fruto da pesquisa desenvolvida pelos pesquisadores Ermeson Moura Coelho, Erisson Moura Coelho, Maria Girlane S. A. Brandão, Thiago Moura de Araújo, José Erivelton de S. Maciel Ferreira, Clara Beatriz Costa da Silva, Dara Cesario Oliveira, Karoline Galvão Pereira Paiva, Karolina de Sousa Lopes, Joelita de Alencar Fonseca Santos, Francisco Cezanildo Silva Benedito e Breno Sousa Bandeira.

A publicação do trabalho na integra junto a Editora Acadêmica Periodicojs se encaixa no perfil de produção científica produzida pela editora que busca valorizar diversos pesquisadores por meio da publicação completa de seus pesquisas. A obra está sendo publicada na seção Tese e Dissertação da América Latina.



Essa seção se destina a dar visibilidade a pesquisadores na região da América Latina por meio da publicação de obras autorais e obras organizadas por professores e pesquisadores dessa região, a fim de abordar diversos temas correlatos e mostrar a grande variedade temática e cultural dos países que compõem a América Latina.

Essa obra escrita pelos pesquisadores apresenta grande relevância por abordar uma temática fundamental para a saúde pública e os cuidados básicos para pessoas que lidam com a doença da diabetes. Podemos dizer que o texto elucida uma abordagem didática e prática para facilitar o dia a dia das pessoas.

Filipe Lins dos Santos

Editor Sênior da Editora Acadêmica Periodicojs



A decorative border of blue line-art footprints surrounds the page. A horizontal yellow line with ornate flourishes is positioned above the title.

Sumário

Introdução

8

Cuidados com os pés

11

Referências Bibliográficas

38

Vamos



Aprender ...

The background features a collection of colorful circles in shades of blue, orange, and green. Two large, layered, abstract shapes are prominent: a blue one on the left and an orange one on the right, both with a gradient effect. A horizontal black line is positioned below the word 'INTRODUÇÃO'.

INTRODUÇÃO

Manual de cuidados

O Pé Diabético está entre as complicações mais recorrentes do Diabetes Mellitus (DM) e seus efeitos podem ser tocantes para a vida do indivíduo, desde feridas crônicas, infecções e amputações de membros inferiores. O exame habitual dos pés facilita a identificação precoce e o tratamento adequado de alterações na integridade da pele, no intuito de minimizar complicações e amputações por Pé Diabético (BRASIL, 2013).

É necessário, portanto, investir em tecnologias de cuidados que possam coadjuvar com a qualificação do cuidado à pessoa com DM, modificando as formas de abordagem aos pacientes e considerando as melhores evidências como guias para a prática clínica cotidiana. Nesse sentido, justifica-se a produção deste material.

Este manual é uma produção do Grupo de Pesquisa Assistência ao Indivíduo com Feridas, direcionado para pacientes com DM do tipo 1 e tipo 2 suscetíveis ao surgimento



Manual de cuidados

de lesões nos membros inferiores, bem como seus acompanhantes, cuidadores e familiares.

A apresentação deste manual será dividida em etapas com fins de facilitar a sua aplicação e autoaplicação e de torná-lo melhor compreensível. A capacitação do cuidado se dará por meio de imagens, balões textuais e exame prático.



The background features a collection of colorful circles in shades of blue, green, orange, and red. Two large, overlapping, curved shapes are prominent: a blue one on the left and an orange one on the right. A horizontal black line is positioned below the text.

CUIDADO COM OS PÉS

Fique atento



O risco de desenvolvimento de úlceras nos pés em pessoas com DM é cerca de 15%.

Tais lesões podem se tornar infectadas e, em última análise, conduzir à amputação por causa do tecido morto.





Dentre as complicações o DM se faz a principal causa de amputações não traumáticas, isto é, aquelas não causadas por acidentes automobilísticos, que contribui para a retirada parcial ou total dos membros, principalmente os inferiores (pernas).



O risco de desenvolvimento de úlceras nos pés em pessoas com DM é cerca de 15%. Tais lesões podem se tornar infectadas e, em última análise, conduzir à amputação por causa do tecido morto (DOURADO; SANTOS, 2015).





14



Examine

É de extrema importância examinar os pés diariamente para prevenir o aparecimento de lesões. Assim, deve-se ficar atento à presença de irregularidades, tais como bolhas, rachaduras, cortes e pele seca ou vermelhidão.



O exame dos pés é uma prática importante de cuidado para prevenir o surgimento de lesões em pessoas com DM e deve ser realizado rotineiramente. Ao examinar os pés o paciente pode perceber alguma anormalidade e logo procurar um especialista para avaliar a presença de possíveis complicações (BRANDÃO et al., 2019; CARVALHO et al., 2015).



Lave

Os pés devem ser bem lavados com sabão neutro, para eliminar a presença de bactérias. Porém, é preciso ter bastante cuidado ao utilizar água morna, tendo em vista que pode esquentar demais e por isso queimar os pés (BRANDÃO et al., 2019).



É fundamental que o paciente entenda a importância quanto à higienização dos pés.



Ao lavar, não esquecer de secar entre os espaços interdigitais, para prevenir o aparecimento de fungos e micoses. Em seguida, hidrate os pés para prevenir ressecamentos, fissuras e rachaduras.







Seque

Assim, para secar os pés de forma eficiente, faz-se necessário seguir alguns critérios, como escolher uma toalha macia para auxiliar na secagem e absorção da umidade.



A higienização dos pés sem dúvidas é uma ação bastante importante para pessoas com DM. Contudo, a secagem correta dos pés é fundamental.



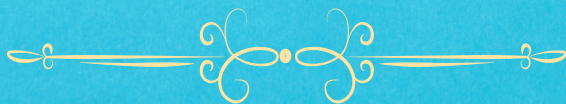
Seque bem nos espaços interdigitais (entre os dedos) onde são os locais mais propícios para a propagação microbiana, que por meio de uma porta de entrada, como arranhão, rachadura ou corte mais profundo, facilita o acesso ao tecido, causando um processo infeccioso e posteriormente, se não tratado, uma lesão maior.

Corte e Lixe

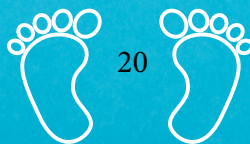
Estudo feito em Minas Gerais observou que 72% dos pacientes com diabetes realizavam o corte inadequado das unhas (BEZERRA et al., 2008).

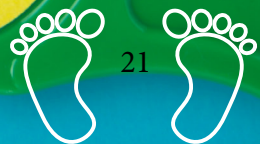
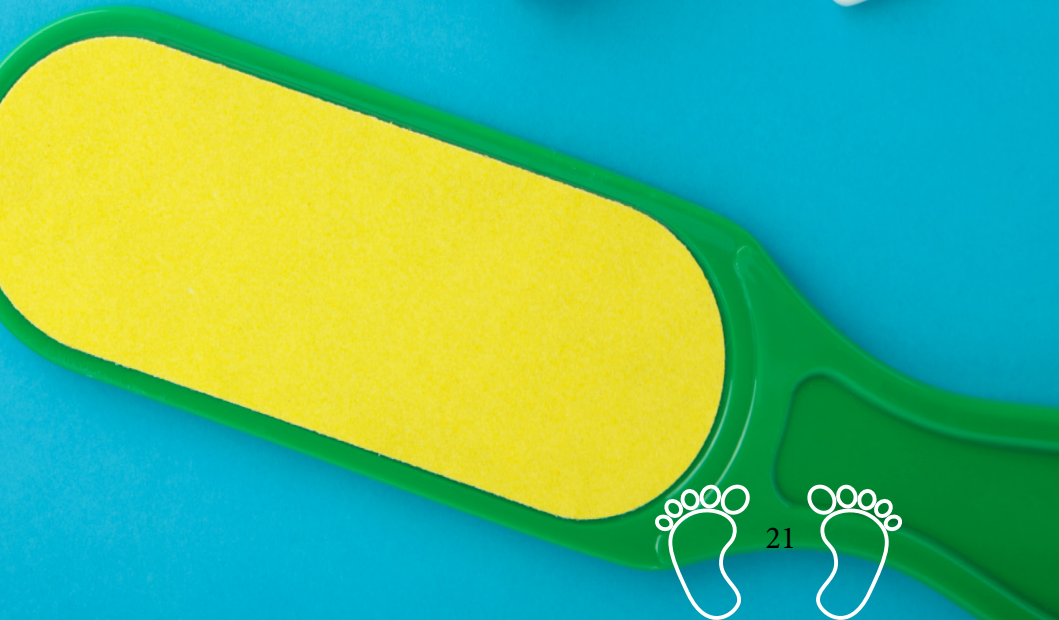


Esta prática de precaução é uma maneira de evitar lesões que possam desenvolver feridas de difícil cicatrização (BRANDÃO et al., 2019; OLIVEIRA et al., 2016; POLICARPO et al., 2014; SILVA et al., 2016).

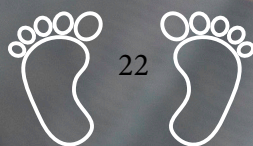


Deve-se cortar as unhas retas, na horizontal, não rentes à pele, para evitar o surgimento de infecções e/ou encravamento, que possam a vir desencadear lesões .



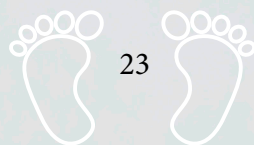
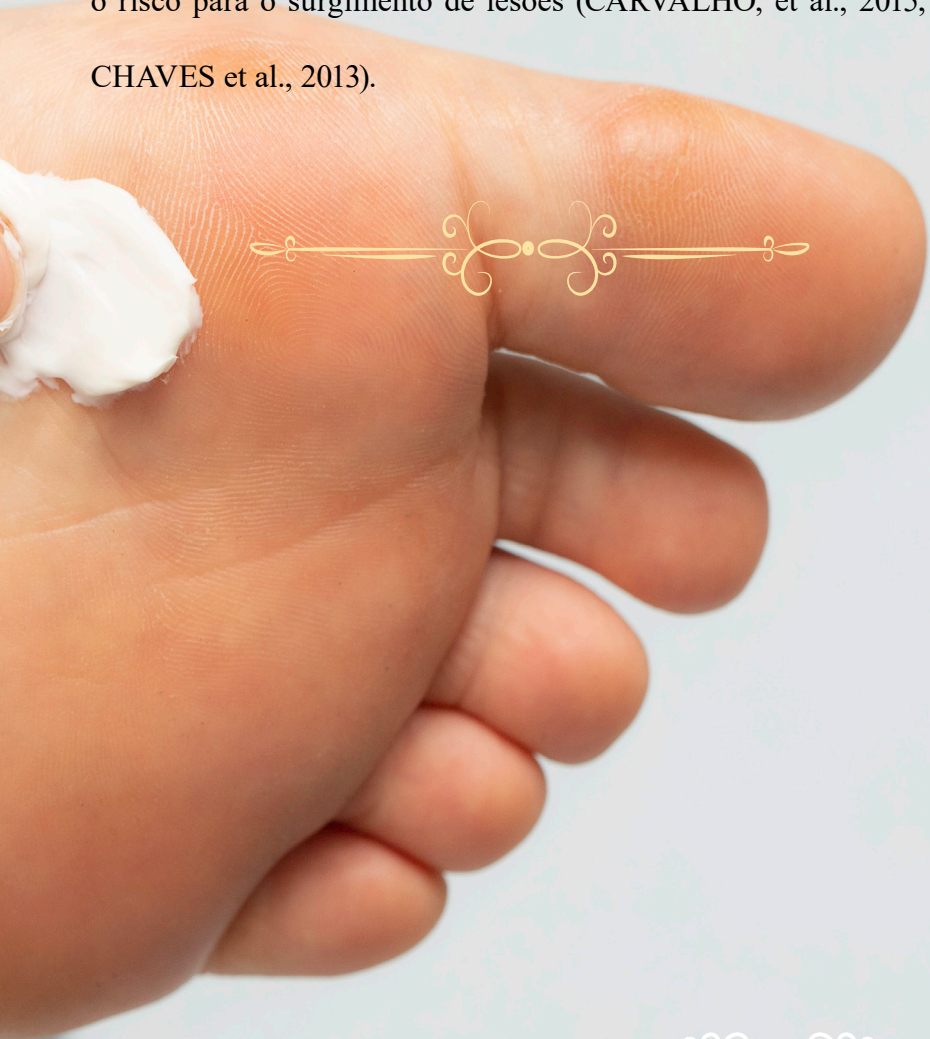


Pessoas com DM precisam cuidar dos pés porque possuem maior probabilidade de ressecamento da pele. Para evitar problemas maiores é importante o uso de hidratante para manter a pele hidratada, suave e macia.



Hidrate

Além disso, podem ter comprometimento das fibras sensitivas, motoras e autonômicas, o que reduz o suor nos pés, deixando-os secos e predispondo-os a rachaduras e fissuras, potencializando o risco para o surgimento de lesões (CARVALHO, et al., 2015; CHAVES et al., 2013).





Não ande descalço

Além disso, na superfície do ambiente pode-se encontrar microrganismos que possam se instalar e adentrar no tecido, causando assim um processo infeccioso. Neste aspecto, reforça-se o uso de calçados apropriados para esta população, bem como, evitar ficar de pés descalços, mesmo em locais que aparentemente aparentam serem limpos (MURO et al, 2018).





Um dos maiores riscos para o surgimento de lesões nos pés em pessoas com DM é a ausência do calçado adequado.



Andar descalço proporciona um livre contato da região plantar com superfícies perfurocortantes espalhados pelo ambiente, como pregos, vidros, pedras e outros objetos que possam causar rompimento da pele.



Calçado ideal



26



O uso de sapatos terapêuticos para pessoas com DM, é importante para prevenir lesões nos membros inferiores.



Os pés podem apresentar alterações, como diminuição de sensibilidade, dedos em garra, complicações na circulação sanguínea, fraqueza muscular e nas articulações (COSTA et al., 2012; BRANDÃO, et al., 2019).



Os calçados inadequados submetem os pés a traumas e podem coadjuvar como fator acarretador em até 85% dos casos de ulcerações nos pés. Por isso que pessoas com DM devem escolher cuidadosamente seus calçados. Se escolher de forma inadequada, pode ocorrer riscos de lesões e alterações nos pés.

Calçado não recomendado



28



Usar sapatos confortáveis, macios, sem costura por dentro e sem salto.



Segundo o Internacional Working Group on the Diabetic Foot - IWGDF (2015), os sapatos protegem os pés de traumas, temperaturas excessivas e de contaminação. Os critérios globais mínimos, dentre outros, são: peso menor que 400 g (máximo: 480 g); parte anterior (frente) ampla, com largura e altura suficientes para acomodar os dedos; solado não flexível com redução de impacto e antiderrapante e espessura mínima de 20 mm; ausência de costuras e/ou dobras internas; colarinho almofadado; salto 2 cm; rigidez no médio pé e fixação no calcanhar (SBD, 2015).



Verifique o calçado



Antes de calçar sapatos e meias, observe se não há nada dentro que possa machucar seus pés, como espinhos, pedras, ou até mesmo de forma mais graves animais peçonhentos.



Assim, reforça-se a necessidade de inspeção do calçado antes de calçá-lo, já que qualquer objeto, ainda que pequeno, presente no interior do sapato pode não ser sentido pelas pessoas com DM devido a neuropatia e causar lesão mediante à perda da sensibilidade protetora plantar (SBD, 2020).



Meias

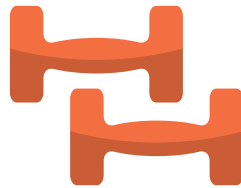
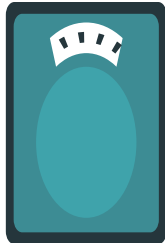
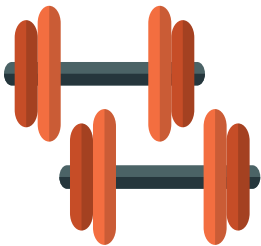
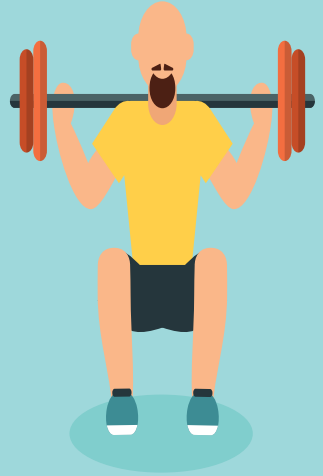
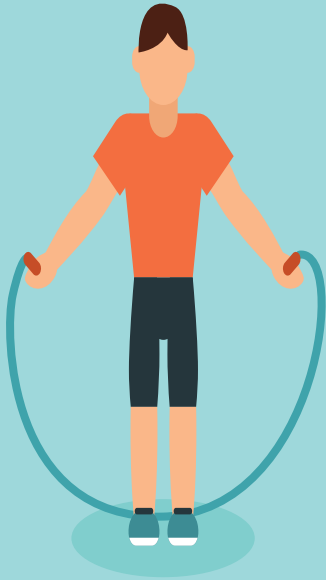
Elas devem ser de algodão, sem costura, sem elástico e que não apertem o tornozelo e nem os dedos. Dessa forma, protegerá os pés contra a formação de bolhas, calos e ferimentos (CARVALHO, et al., 2015).



Importante destacar que as meias devem ser de preferência da cor branca, pra que no caso, se surgir qualquer sangramento, este será visível o mais breve possível.







Pratique exercício físico

Para pessoas com DM, atividades físicas como caminhada, natação, dança, ciclismo, entre outras, são muito importantes, tendo em vista que utilizam oxigênio e ajudam na queima de glicose e gordura.



Um exemplo de uma atividade física feita em casa é rolar os pés sobre uma bolinha de tênis para alongar a fásia plantar. É recomendado repetir esse movimento por várias vezes nos dois pés (BRANDÃO, et al., 2019; TIETE et al., 2015).



Esse exercício é eficiente para fortalecimento dos pés e pernas, eles ativam a circulação e mantem as articulações saudáveis.





Controle a glicemia

O controle glicêmico com qualidade reduz de forma valiosa o risco de complicações, como pé diabético, o qual pode ocorrer quando a circulação sanguínea é deficiente e os níveis de glicemia são mal controlados.



A relevância em ter uma alimentação saudável, rica em frutas, legumes e verduras, praticar atividade física, iniciando com exercícios leves e usar respeitosamente a medicação em casos de necessidade, estarão contribuindo diretamente na manutenção do controle glicêmico, como maneira de prevenir o advento de lesões nos membros inferiores (ANDRADE et al., 2010; BRANDÃO, et al., 2019).



The background features a collection of colorful circles in shades of blue, orange, and green. Two large, overlapping, curved shapes are prominent: a blue one on the left and an orange one on the right. The text is centered between these shapes.

REFERÊNCIAS

BIBLIOGRÁFICAS

BRANDÃO, M. G. S. A. et al. Nurse's behavior in the preventive care practice regarding diabetic foot. International Journal of Development Research, v. 9, n. 6, p. 28083-28089, 2019.

BEZERRA, N. M. C., MOREIRA, T. M. M., NÓBREGA-THERRIEN, S. M., ALMEIDA, M. I. Consulta de enfermagem ao diabético no programa saúde da Família: percepção do enfermeiro e do usuário. Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste, v. 9. n. 1, p. 86-95, 2008.

CARVALHO, S. L. et al. Álbum Seriado Diabetes Mellitus Orientações aos Pacientes. - HUWC/UFC. 2015.

COSTA, F. S, SILVA JLL, GONZÁLE RRM, MACHADO EA. Valorizando a consulta de enfermagem enquanto prática profissional no contexto do programa saúde da família (PSF). Revista pesquisa cuidado fundamental, v. 4, n. 4, p. 1-8, 2012.



OLIVEIRA, P. S. O., BEZERRA, E. P., ANDRADE, L. L.,
GOMES, P. L. F., SOARES, M. J. G., COSTA, M. M. L.
Atuação dos enfermeiros da estratégia saúde da família na
prevenção do pé diabético. Care Online, v. 8, n. 3, p. 4841-
4849, 2016.

POLICARPO, N. S., MOURA, J. R. A., MELO JÚNIOR,
E. B., ALMEIDA, P. C., MACÊDO, S. F., SILVA, A. R. V..
Conhecimento, atitudes e práticas de medidas preventivas
sobre pé diabético. Revista Gaúcha de Enfermagem, v. 35,
n. 3, p. 36-42, 2014.

SILVA, L. W. S., SOUSA, J. S., SQUARCINI, C. F. R., SOU-
ZA, F. G., RIBEIRO, V. S., GONÇALVES, D. F. Promoção
da saúde de pessoas com diabetes mellitus no cuidado edu-
cativo preventivo do pé diabético. Ciencia y Enfermería, v.
22, n. 2, p. 103-116, 2016.



SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. Diretrizes
da Sociedade Brasileira de Diabetes 2018-2020.

The background features a collection of colorful circles in shades of blue, orange, and green. Two large, layered, abstract shapes are prominent: a blue one in the upper left and an orange one in the lower right. A horizontal black line is positioned below the text.

SOBRE OS AUTORES

Ermeson Moura Coelho

Graduando em Enfermagem pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB).

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9453-5679>

Erisson Moura Coelho

Enfermeiro pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB).

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6220-5894>

Maria Girlane Sousa Albuquerque Brandão

Enfermeira. Mestra em Enfermagem pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB). Doutoranda em Enfermagem Fundamental pela Universidade de São Paulo (USP).

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9925-4750>

Thiago Moura de Araújo

Enfermeiro. Mestre e Doutor em Enfermagem pela Uni-

versidade Federal do Ceará (UFC). Professor Adjunto C da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB).

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3924-9570>

José Erivelton de Souza Maciel Ferreira

Enfermeiro. Mestrando em Enfermagem pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB).

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2668-7587>

Clara Beatriz Costa da Silva

Enfermeira. Mestranda em Enfermagem pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB).

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6104-9612>

Dara Cesario Oliveira

Enfermeira. Mestranda em Enfermagem pela Universidade

da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB).

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1708-1260>

Karoline Galvão Pereira Paiva

Enfermeira. Mestranda em Enfermagem pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB).

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5406-9853>

Karolina de Sousa Lopes

Enfermeira pela Universidade Federal do Ceará (UFC). Enfermeira Assistencial no Hospital Municipal João Elísio de Holanda (HMJEH).

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4867-4453>

Joelita de Alencar Fonseca Santos

Enfermeira. Doutora em Engenharia Biomédica pela Universidade do Vale do Paraíba. Docente da Universidade

Federal do Piauí. Mestranda em Enfermagem pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB).

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0126-465X>

Francisco Cezanildo Silva Benedito

Enfermeiro. Mestre em Enfermagem pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB). Doutorando em Ciências Morfofuncionais pela Universidade Federal do Ceará (UFC).

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7551-5370>

Breno Sousa Bandeira

Graduando em Enfermagem pela Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB).

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1300-8402>

Política e Escopo da Coleção de livros Estudos Avançados em Saúde e Natureza



A Estudos Avançados sobre Saúde e Natureza (EASN) é uma coleção de livros publicados anualmente destinado a pesquisadores das áreas das ciências exatas, saúde e natureza. Nosso objetivo é servir de espaço para divulgação de produção acadêmica temática sobre essas áreas, permitindo o livre acesso e divulgação dos escritos dos autores. O nosso público-alvo para receber as produções são pós-doutores, doutores, mestres e estudantes de pós-graduação. Dessa maneira os autores devem possuir alguma titulação citada ou cursar algum curso de pós-graduação. Além disso, a Coleção aceitará a participação em coautoria.

A nossa política de submissão receberá artigos

científicos com no mínimo de 5.000 e máximo de 8.000 palavras e resenhas críticas com no mínimo de 5 e máximo de 8 páginas. A EASN irá receber também resumos expandidos entre 2.500 a 3.000 caracteres, acompanhado de título em inglês, abstract e keywords.

O recebimento dos trabalhos se dará pelo fluxo contínuo, sendo publicado por ano 4 volumes dessa coleção. Os trabalhos podem ser escritos em português, inglês ou espanhol.

A nossa política de avaliação destina-se a seguir os critérios da novidade, discussão fundamentada e revestida de relevante valor teórico - prático, sempre dando preferência ao recebimento de artigos com pesquisas empíricas, não rejeitando as outras abordagens metodológicas.

Dessa forma os artigos serão analisados através do mérito (em que se discutirá se o trabalho se adequa as propostas da coleção) e da formatação (que corresponde a uma

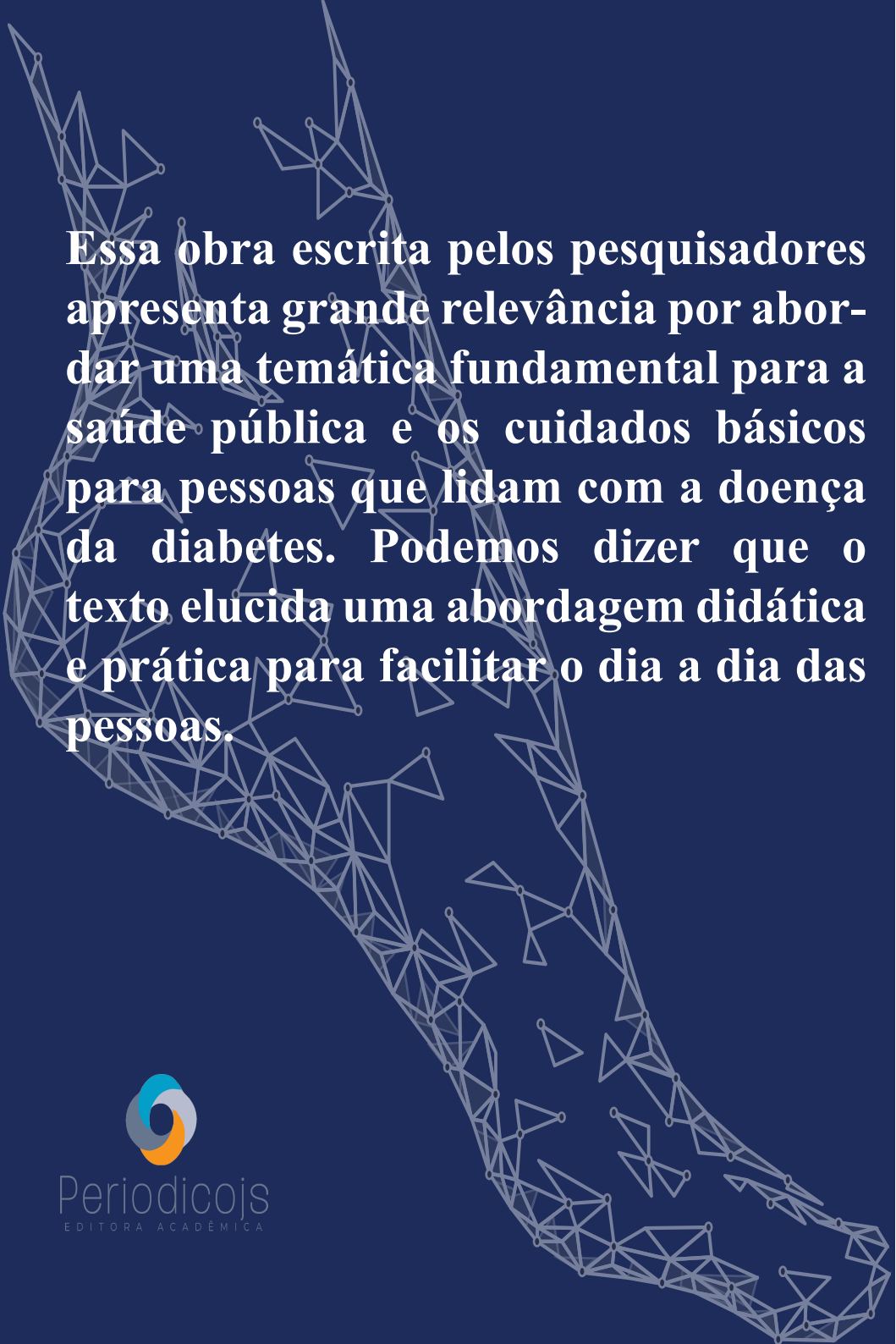
avaliação do português e da língua estrangeira utilizada).

O tempo de análise de cada trabalho será em torno de dois meses após o depósito em nosso site. O processo de avaliação do artigo se dá inicialmente na submissão de artigos sem a menção do(s) autor(es) e/ou coautor(es) em nenhum momento durante a fase de submissão eletrônica. A menção dos dados é feita apenas ao sistema que deixa em oculto o (s) nome(s) do(s) autor(es) ou coautor(es) aos avaliadores, com o objetivo de viabilizar a imparcialidade da avaliação. A escolha do avaliador(a) é feita pelo editor de acordo com a área de formação na graduação e pós-graduação do(a) professor(a) avaliador(a) com a temática a ser abordada pelo(s) autor(es) e/ou coautor(es) do artigo avaliado. Terminada a avaliação sem menção do(s) nome(s) do(s) autor(es) e/ou coautor(es) é enviado pelo(a) avaliador(a) uma carta de aceite, aceite com alteração ou rejeição do artigo enviado a depender do parecer do(a) avaliador(a). A etapa

posterior é a elaboração da carta pelo editor com o respectivo parecer do(a) avaliador(a) para o(s) autor(es) e/ou coautor(es). Por fim, se o trabalho for aceito ou aceito com sugestões de modificações, o(s) autor(es) e/ou coautor(es) são comunicados dos respectivos prazos e acréscimo de seu(s) dados(s) bem como qualificação acadêmica.

A nossa coleção de livros também se dedica a publicação de uma obra completa referente a monografias, dissertações ou teses de doutorado.

O público terá terã acesso livre imediato ao conteúdo das obras, seguindo o princípio de que disponibilizar gratuitamente o conhecimento científico ao público proporciona maior democratização mundial do conhecimento



Essa obra escrita pelos pesquisadores apresenta grande relevância por abordar uma temática fundamental para a saúde pública e os cuidados básicos para pessoas que lidam com a doença da diabetes. Podemos dizer que o texto elucida uma abordagem didática e prática para facilitar o dia a dia das pessoas.



Periodicojs

EDITORA ACADÊMICA