



Algumas doenças vasculares

Pé diabético



Trata-se de uma série de alterações que pode ocorrer nos pés de pessoas com diabetes não controlado. Corresponde a principal causa de amputação não traumática do mundo. Infecções, alterações da sensibilidade e deformidade dos pés associados a problemas da circulação dos membros inferiores estão entre as complicações mais comuns. O surgimento de feridas que não cicatrizam, associadas a infecções nos pés, são sinais de alarme e requerem pronto diagnóstico e tratamento para evitar maiores complicações. É muito importante uma abordagem interdisciplinar

Sintomas: Dormência; perda da sensibilidade local; dores; queimação nos pés e nas pernas; sensação de agulhadas; fraqueza nas pernas. Os sintomas tendem a piorar à noite. Em geral, a pessoa só percebe quando está em estágio avançado, com algum tipo de ferida ou infecção.

Fatores de risco:

O diabetes não controlado é o principal fator de risco. Importante lembrar os **12 mandamentos do pé diabético**:

1. Não fazer compressas nos pés, nem quente, nem fria, nem gelada;
2. Usar meia sem costura ou usá-la com a costura para fora (prefira meias claras para poder identificar alguma secreção se existir);
3. Não remover as cutículas das unhas do pé;
4. Não usar sandálias com tiras entre os dedos;
5. Cortar as unhas retas e acertar os cantos com lixa de unhas;
6. Hidratar bem os pés;
7. Nunca andar descalço;
8. Olhar sempre a planta do pé e tratar logo qualquer arranhão ou ferimento;
9. Não usar sapato apertado ou de bico fino;
10. Tratar as calosidades com profissionais da saúde;
11. Olhar o interior do sapato antes de usá-lo;
12. Enxugar bem entre os dedos depois do banho.

