

# O Pé Diabético

---

As complicações tardias da diabetes predispõem a pessoa com Diabetes para o aparecimento de lesões nos pés que, por vezes podem ser graves.

## A Prevenção

Os pés devem ser frequentemente avaliados através do auto exame . A observação do pé deve ser sistemática, e diária. Uma vez identificado algum risco, deve beneficiar de uma maior atenção no sentido vigilância destinadas a prevenir o aparecimento de lesões.



*Observe o seu pé!*



Tel.. 224229829

[www.usfvalongo.com](http://www.usfvalongo.com)

---



*Cuidados com o Pé do Diabético*



## Cuidados com os pés

- Inspeção diária dos pés, incluindo áreas entre os dedos



- Se não puder inspecionar os pés, peça alguém para o fazer;

- Lavar regularmente os pés, secando-os cuidadosamente, especialmente entre os dedos;



- Evitar caminhar descalço dentro ou fora de casa .



- Calçar sapatos com meias de preferência brancas;

- Agentes químicos ou emplastro para remover calos não devem ser usados;



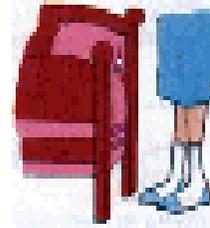
## Cuidados com os pés

- Inspeção diária e palpação do interior dos sapatos;



- Se a visão está prejudicada, o paciente não deve tratar o pé; deve pedir ajuda a alguém;

- Óleos e cremes lubrificantes devem ser usados para pele seca, excepto entre os dedos;



- Trocar de meias diariamente;

- Usar meias sem costuras;



- Cortar as unhas rectas;



## Cuidados com os pés

- Os calos não devem ser cortados pelos pacientes;



- Não usar sacos de água quente ou escalfetas, para aquecer os pés;

- Os pés devem ser examinados uma vez por ano por profissionais de saúde;



- O paciente deve avisar o profissional de saúde imediatamente, se verificar a presença de uma bolha, corte, arranhão ou ferida.

