Campanha “Lava-pés” leva orientações e cuidados preventivos sobre pé diabético ao bairro Comveima I

Date : 10-04-2026

No mês dedicado à campanha “Lava-pés”, voltada à prevenção de amputações em pessoas com diabetes, uma ação realizada na manhã desta sexta-feira (10), no bairro Comveima I, demonstrou a importância de unir orientação, acompanhamento e atendimento direto aos pacientes na Atenção Básica.

As avaliações do pé diabético foram realizadas em pacientes com diabetes e hipertensão. A atividade, conduzida por uma médica e estudantes da Afya, promoveu a educação em saúde para a identificação precoce de alterações que, embora imperceptíveis no cotidiano, podem evoluir para quadros graves se não tratadas. Na ocasião, também foi realizado o lava-pés.

O pé diabético é uma complicação da diabetes mal controlada, que compromete os nervos e a circulação sanguínea. Nessa condição, os pacientes passam a sentir dormência e perda de sensibilidade, o que pode levar a ferimentos imperceptíveis. Muitas vezes, essas lesões evoluem para estágios avançados com infecções, elevando o risco de amputação.

De acordo com a médica da família Daniele Pedroza, a falta de sensibilidade é um dos principais fatores de risco, já que o paciente pode não perceber pequenos machucados, rachaduras ou lesões. Somado a isso, a pele tende a ficar mais ressecada, o que facilita o surgimento de feridas e dificulta a cicatrização.

Daniele Pedroza, médica da família

Autocuidado

O autocuidado precisa fazer parte da rotina. Por isso, é importante observar os pés diariamente, manter a pele hidratada, higienizar e secar bem, principalmente entre os dedos, ter atenção ao corte das unhas e usar calçados fechados e confortáveis. “Caso o paciente não consiga examinar sozinho, pode pedir ajuda a um familiar ou até usar um espelho. O importante é observar qualquer alteração e procurar atendimento o quanto antes”, disse Daniele.

A médica também alerta para um comportamento comum entre pacientes, que pode agravar o problema. “Muitos acabam tentando resolver em casa, com receitas caseiras, e só procuram a unidade quando a situação já está avançada, com infecção ou até necrose. E aí, muitas vezes, a gente precisa recorrer à amputação. O ideal é prevenir e buscar ajuda logo no início”.

Coordenadora de saúde do adulto da Secretaria Municipal de Saúde, Maria Clara Costa, destaca que a campanha “Lava-pés” funciona como um reforço, mas que esse cuidado acontece durante todo o ano. “A proposta é fazer o cuidado integral da pessoa com diabetes, aproximar esse paciente dos serviços de saúde e reforçar a importância do autocuidado. Todas as unidades realizam esse acompanhamento para evitar complicações mais graves”.

Segundo ela, o acesso ao atendimento é direto e deve ser feito na unidade de saúde do próprio bairro. O acompanhamento é realizado pelo médico de família, com avaliação contínua e encaminhamentos quando necessários, garantindo um cuidado mais próximo e acessível.

Maria Clara Costa, coordenadora de saúde do adulto da Secretaria Municipal de Saúde

Além das consultas, os grupos educativos também são parte importante desse processo, porque fortalecem a troca de experiências e ajudam a levar informação para dentro das casas e das comunidades.

A aposentada Alberina da Silva, de 80 anos, pratica esses cuidados há cerca de dez anos e percebe os resultados. “Eu não fico descalça em nenhum momento. Antes, tinha os pés rachados, com feridas. Depois que comecei a participar dos grupos, nunca mais tive esse problema”.

Alberina da Silva

Mesmo com o encerramento oficial da campanha “Lava-pés”, no dia 9 de abril, a mensagem continua: o cuidado com os pés precisa ser diário. A prevenção, aliada ao acompanhamento regular, ainda é o caminho mais eficaz para evitar complicações e garantir mais qualidade de vida para quem convive com diabetes.