Campanha Lava-Pés mobiliza Atenção Básica de Saúde para prevenir amputações em pessoas com diabetes

Date : 02-04-2026

A Secretaria Municipal de Saúde, por meio da Diretoria de Atenção Básica, iniciou a Campanha Lava-Pés 2026, que acontece de 1º a 9 de abril. O objetivo da ação é prevenir amputações relacionadas ao diabetes por meio do cuidado com os pés. O informe foi enviado pelo Ministério da Saúde no dia 30 de março.

No município, as equipes da Atenção Primária à Saúde estão mobilizadas para intensificar as ações de orientação, avaliação e acompanhamento das pessoas com diabetes, reforçando a importância do autocuidado e do acompanhamento regular nas unidades de saúde.

De acordo com a coordenadora de Saúde do Adulto, Maria Clara Costa, a iniciativa chama atenção para um cuidado simples, mas essencial: o cuidado com os pés das pessoas com diabetes.

"A diabetes mellitus é uma condição crônica não transmissível e um dos principais fatores de risco para complicações graves nos membros inferiores. Quando não há controle adequado da glicose no sangue, podem surgir lesões que evoluem para infecções, necroses e amputações", destacou.

A coordenadora também alerta para a dimensão do problema no país. Segundo ela, o diabetes é responsável por mais de 28 amputações de membros inferiores por dia no Brasil, são mais de 10 mil por ano, com um procedimento acontecendo praticamente a cada hora. "Essa condição

representa até 70% das amputações não traumáticas, o que evidencia a gravidade do problema e a importância da prevenção".

Maria Clara Costa

Ainda conforme Maria Clara, um dos principais agravantes é a neuropatia diabética, que provoca a perda de sensibilidade nos pés. "Com isso, pequenos ferimentos podem passar despercebidos e evoluir rapidamente para quadros mais graves”, explicou.

Por isso, o autocuidado deve fazer parte da rotina. “Isso inclui lavar os pés diariamente, secar bem, especialmente entre os dedos, manter a pele hidratada e observar qualquer alteração, como rachaduras, feridas ou mudanças na coloração. Outro ponto muito importante é o uso de sapatos confortáveis, fechados e adequados, que protejam os pés de lesões. Também orientamos atenção ao realizar a cutilagem ou o corte das unhas, pois pequenos machucados podem evoluir para complicações sérias em pessoas com diabetes”, completou.

Ela ainda reforça a importância do acompanhamento nas unidades de saúde. “O exame periódico dos pés nas unidades de saúde permite identificar precocemente alterações e prevenir complicações. Cuidar dos pés é cuidar da vida”, concluiu.

Durante a Campanha Lava-Pés, a população é incentivada a procurar a unidade de saúde mais próxima para realizar a avaliação dos pés e receber orientações individualizadas. As equipes estão preparadas para acolher, orientar e acompanhar os usuários, fortalecendo o cuidado contínuo na Atenção Primária.

O diabetes pode comprometer a circulação e a sensibilidade dos pés, favorecendo o surgimento de feridas que, muitas vezes, passam despercebidas e podem evoluir para

infecções graves. Por isso, a adoção de cuidados simples no dia a dia é essencial para evitar complicações.

Entre as principais orientações de autocuidado, destacam-se:

- **Higiene diária:** lavar os pés com água morna e sabão neutro, secando bem, especialmente entre os dedos;
- **Inspeção diária:** observar se há cortes, bolhas, rachaduras, vermelhidão ou alterações na pele e nas unhas;
- **Hidratação:** manter a pele hidratada, evitando passar creme entre os dedos;
- **Uso de calçados adequados:** optar por sapatos confortáveis, fechados, que não apertem ou machuquem, evitando andar descalço.

Fique atento aos sinais de alerta

Alguns sinais indicam a necessidade de procurar imediatamente uma unidade de saúde:

- Feridas que não cicatrizam
- Presença de secreção ou mau cheiro
- Inchaço, vermelhidão ou dor
- Áreas escurecidas ou com alteração de temperatura
- Perda de sensibilidade nos pés

A identificação precoce desses sinais pode evitar complicações mais graves, incluindo amputações. A prevenção começa com atitudes simples. Cuidar dos pés é cuidar da saúde como um todo.