

**ÁREA TEMÁTICA:**

- COMUNICAÇÃO
- CULTURA
- DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA
- EDUCAÇÃO
- MEIO AMBIENTE
- SAÚDE
- TECNOLOGIA E PRODUÇÃO
- TRABALHO

**PREVENÇÃO E ACOMPANHAMENTO DO PÉ DIABÉTICO**

**Gabriela Gualberto Carvalho (UEPG; gabigcarvalho@outlook.com)**

**Ricardo Zanetti Gomes (UEPG; zanetticons@uol.com.br) (COORD. DO PROJETO)**

**Resumo:** O curso de Medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa, através de projeto de extensão, possui como objetivo promover uma interação entre os acadêmicos e a população, por meio de educação em saúde, com intuito de instruir a população sobre a prevenção e os cuidados necessários da Diabetes Mellitus e suas possíveis complicações, como o pé diabético, caracterizado por uma neuropatia diabética. Foram realizadas palestras, e distribuídos folders, com intuito de elucidar a população e estimulá-la a realizar corretamente o acompanhamento e tratamento da doença, para evitar suas possíveis complicações, além de estimular mudanças no estilo de vida, de maneira preventiva, com objetivo de reduzir a incidência de Diabetes Mellitus. O projeto é baseado em pesquisas científicas, nas aulas de algumas disciplinas do curso e em coletas de dados, que são realizadas no Hospital Universitário de Ponta Grossa, através da anamnese e exame físico dos pacientes do setor de Angiologia e Cirurgia Vasculár. Os pacientes são acompanhados, obtendo toda instrução necessária para o devido cuidado quando já instalado o pé diabético.

**Palavras-chave:** Prevenção. Diabetes Mellitus. Pé diabético.

**INTRODUÇÃO**

O Diabetes Mellitus (DM) é um conjunto de distúrbios metabólicos, caracterizados pela hiperglicemia, resultante de defeitos na ação ou síntese da insulina. Atualmente, já é considerada uma epidemia, afetando 387 milhões de pessoas no mundo, possuindo estimativa de atingir 471 milhões em 2035. Em 2014, no Brasil, estimou-se um valor de 11,9 milhões de diabéticos.<sup>1</sup>

O aumento do número de pacientes com DM é resultado do crescente sedentarismo e da obesidade, atuando em conjunto com a predisposição genética. Estudos apontam que o exercício físico é responsável por translocar receptores de glicose (GLUT-4), aumentando a sensibilidade à insulina nos miócitos. Além disso, a alta deposição de gordura visceral, característica da obesidade, apresenta grande atividade lipolítica, responsável por drenar grandes quantidades de ácido graxo livre para o fígado, causando uma redução da produção de insulina e um aumento da glicogênese.<sup>2</sup>

Há diversas complicações decorrentes da Diabetes Mellitus, dentre as quais pode-se destacar o pé diabético, caracterizado por uma neuropatia, podendo ou não estar acompanhada de lesões vasculares. O mecanismo é desencadeado por lesões prévias, que evoluem para úlceras com infecção e gangrena, e quando não são devidamente tratadas, podem levar a amputação. Segundo o Ministério da Saúde, 70% das amputações de membros inferiores têm como causa principal o pé diabético, resultante de diabetes mal controlada.<sup>3</sup>

A avaliação dos pés constitui uma etapa fundamental na identificação dos fatores de risco, como a diminuição da sensação protetora, caracterizada pela redução da sensação dolorosa de trauma na pele, e a ausência parcial ou total do reflexo aquileu. Além disso, altas pressões em pontos ósseos na região plantar, associadas a calosidades, são grandes preditores de processos ulcerativos, sendo necessário determinar os locais específicos de excesso de pressão, para implementar medidas de prevenção e controle.<sup>4</sup>

A Figura 1, a seguir, demonstra uma úlcera característica do pé diabético não tratado.

**Figura 1- Úlcera de pé diabético**



Legenda: Úlcera de paciente com pé diabético, desencadeada por amputação de hálux, e o consequente deslocamento de ponto de apoio do pé e o aumento de pressão no local.

## OBJETIVOS

Identificar os métodos eficazes para prevenção do pé diabético e quais são os cuidados que devem ser adotados quando já instalada a complicação, havendo presença de úlceras nos pés do paciente.

## METODOLOGIA

Com intuito de estabelecer uma simbiose entre o aprendizado acadêmico e os cuidados aos pacientes, são realizadas anamneses, que investigam as queixas, histórico de saúde, de doenças na família, e as condições e hábitos de vida. Depois é realizado o exame físico, que além de avaliar a saúde em geral, analisa a sensibilidade tátil, vibratória e térmica do pé do paciente, assim como se há amputações. Após todo esse processo, há uma orientação sobre o tratamento e cuidados necessários e são marcados os próximos acompanhamentos.

São realizados projetos de pesquisa, dentro da realidade local, que visam implantar os recursos viáveis e o aperfeiçoamento das condutas terapêuticas destinadas aos pacientes diabéticos, para que recebam os melhores cuidados e orientações possíveis, prevenindo, dessa maneira, maiores complicações. Algumas disciplinas da grade curricular, como a Integradora, promovem discussões, embasadas em artigos científicos, sobre doenças crônicas, como a Diabetes, e suas possíveis medidas de impacto.

## RESULTADOS

O ambulatório de Angiologia e Cirurgia Vascular, juntamente com os projetos de extensão, tem conseguido conciliar o aprendizado dos acadêmicos com uma promoção em saúde, através dos acompanhamentos, palestras sobre prevenção e distribuição de folders ao público alvo, que são os pacientes diabéticos. Aqueles que foram acompanhados e orientados de maneira correta, demonstraram um maior autocuidado, a partir da melhora dos hábitos alimentares, da realização de exercícios físicos, uso correto de medicamentos e interrupção do uso do tabaco. Além disso, os pacientes com as úlceras já instaladas, que adotam os cuidados necessários, como a limpeza correta e a troca dos curativos com a frequência recomendada, além do acompanhamento indicado pelos profissionais de saúde, apresentam menores taxas de amputações.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os estudos realizados no projeto evidenciam a importância das atividades relacionadas a promoção e educação em saúde. A elaboração dos folders juntamente com as palestras realizadas é essencial para a melhor instrução dos pacientes diabéticos e para prevenir as complicações da doença, gerando um grande impacto, inclusive, sobre o próprio sistema de saúde. O acompanhamento dos pacientes que já possuem o pé diabético é imprescindível, e possui o objetivo de controlar as infecções e reduzir as taxas de amputações decorrentes da doença, que ainda são altas. A instrução de maneira correta, ensinando como deve ser feita a limpeza em casa, demonstra surtir grandes efeitos também. Apesar de todas as atividades já desenvolvidas, há planos de ampliar o projeto para outros estabelecimentos de saúde, e há um livro sendo desenvolvido, com linguagem acessível e adequada a população, com objetivo de reforçar as metas de educação em saúde já vigentes.

APOIO: Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEPG)

## REFERÊNCIAS

- 1- SOCIEDADE BRASILEIRA DE DIABETES. Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes (2015-2016). **Epidemiologia e Prevenção**. Adolfo Milech...[et. al.]; organização José Egidio Paulo de Oliveira, Sérgio Vencio - São Paulo: A.C. Farmacêutica, 2016a.
- 2-KIRCHNER, Luziane Fatima; MARINHO-CASANOVA, Maria Luiza. **Avaliação da adesão ao tratamento do diabetes mellitus tipo 1: revisão de literatura**. Estudos Interdisciplinares em Psicologia, v. 5, n. 1, p. 45-63, 2014.
- 3-LYRA, Ruy et al. **Prevention of type 2 diabetes mellitus**. Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia, v. 50, n. 2, p. 239-249, 2006.
- 4-OCHOA-VIGO, Kattia; PACE, Ana Emilia. **Pé diabético: estratégias para prevenção**. Acta paul enferm, v. 18, n. 1, p. 100-9, 2005.