

Referências

- Ministério da Saúde (Brasil). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Estratégias para o cuidado da pessoa com doença crônica: diabetes mellitus. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. (Cadernos de Atenção Básica, n. 36).
- International Working Group on the Diabetic Foot (IWGDF). Guidelines on the prevention and management of diabetic foot disease. 2019. Disponível em: <https://iwgdfguidelines.org/>.
- Sociedade Brasileira de Diabetes (SBD). Diretrizes da Sociedade Brasileira de Diabetes 2019-2020. São Paulo: Clannad Editora Científica, 2019.
- American Diabetes Association (ADA). Standards of Medical Care in Diabetes—2024. Diabetes Care, v. 47, suppl. 1, 2024.



UnB

Autoria:

Ellen dos Santos Diniz
Graduanda Enfermagem
UnB Ceilândia/FCTS

Paula Fantoni Soraggi Soares Mostaro
Enfermeira Saúde da Família
SESDF

Philippe da Silva Magro
Graduando em Engenharia da Computação
IESB

Prof. Dr. Paulo Percio Mota Magro
Docente adjunto
Instituto Federal de Brasília - Ceilândia

Profa. Dra. Marcia Cristina da Silva Magro
Docente associada
UnB Ceilândia/FCTS/Enfermagem

Profa. Dra. Walterlania Silva Santos
Docente associada
UnB Ceilândia/FCTS/Enfermagem
e-mail: walterlania@unb.br

Prevenção e Cuidado do Pé Diabético

Um guia essencial para sua saúde e bem-estar



Pessoas com pé diabético

Cuidados essenciais*



- (1) Lave os pés diariamente**
com sabão neutro.



- (2) Seque os pés cuidadosamente,**
especialmente entre os dedos.



- (3) Observe os pés diariamente,**
inclusive a sola e entre os dedos.



- (4) Hidrate os pés**
com creme diariamente antes de dormir,
evitando entre os dedos.



- (5) Corte as unhas com cuidado,**
em linha reta, e não muito curtas. Não usar lixas.



- (6) Não remova calos ou cutículas.**
Não perfure bolhas. Não use objetos
pontiagudos.



- (7) Evite fontes de calor direto nos pés**
(bolsas de água quente, aquecedores etc).



- (8) Use meias limpas e de algodão,**
sem costuras e sem elástico apertado.



- (9) Use sapatos confortáveis**
e fechados, que se ajustem bem aos pés.



- (10) Nunca ande descalço,**
mesmo dentro de casa. Antes de calçar o
sapato, verifique o interior do calçado.