

Exame do pé da pessoa com DIABETES

Exame em 3 minutos na APS

A cada 20 segundos, em algum lugar do mundo, uma pessoa **perde um membro inferior** em decorrência de complicações do **diabetes**.

Ajude a transformar essa realidade!

Teste do Monofilamento de 10g: como realizar

1. Aplicar* o monofilamento na mão do paciente para mostrar a sensação.
2. Testar três locais em cada pé, hálux, cabeça do 1º e do 5º metatarso (Figura 1), garantindo que o paciente não visualize onde o filamento é aplicado.
3. Posicionar o monofilamento perpendicular à pele até que ele encurve, mantendo contato por 2 segundos, conforme figura 2.
4. Após a aplicação, perguntar se o paciente sentiu a pressão (sim/não) e qual local percebeu o estímulo.
5. Realizar três aplicações em cada ponto (duas reais e uma simulada).

Sensação protetora presente:
≥ 2 respostas corretas em três aplicações.

Sensação protetora ausente:
≥ 2 respostas incorretas em três aplicações.

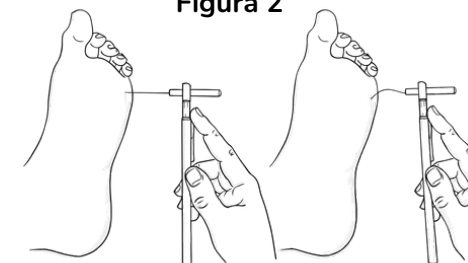
Manutenção do monofilamento:
evitar seu uso por 24 horas após avaliar 10–15 pacientes no mesmo dia e substituí-lo após 70–90 utilizações.

*Não aplicar sobre úlceras, calos, cicatrizes ou tecido necrótico. Não deslizar o filamento sobre a pele, nem repetir contato contínuo no mesmo ponto.

Figura 1



Figura 2



Teste de Toque de Ipswich (IpTT)

Posição: O paciente deve estar sentado com os pés apoiados e os olhos fechados.

Ação: O examinador toca levemente com a ponta do dedo indicador a polpa da ponta de seis dedos (três em cada pé: **hálux, 3º dedo e 5º dedo**).

Toque: O toque deve ser muito breve (1 a 2 segundos), sem pressionar ou acariciar.

Resposta: O paciente deve dizer "sim" quando sentir o toque e identificar qual pé foi tocado.

Resultado: Se o paciente não sentir um ou mais toques, sugere-se perda de sensibilidade protetora.

Material adaptado: THE INTERNATIONAL WORKING GROUP ON THE DIABETIC FOOT. Practical guidelines on the prevention and management of diabetes-related foot disease: IWGDF 2023 update. 2023. THE UNIVERSITY OF ARIZONA. College of Medicine Tucson. 3-minute diabetic foot exam. 2019



GOVERNO DO ESTADO
RIO GRANDE DO SUL
SECRETARIA DA SAÚDE





Minuto 1

O que perguntar

O paciente possui diagnóstico de diabetes?

(Se sim, quais são as medidas atuais de controle do paciente?)

- ☐ Dieta e/ou atividade física.
- ☐ Comprimidos e/ou Insulina.
- ☐ Outro.
- ☐ Úlcera prévia ou amputação.
- ☐ Revascularização/angioplastia em MMII.
- ☐ Ferida com cicatrização > 3 semanas.
- ☐ Tabagismo.

O paciente apresenta os seguintes sintomas?

- ☐ Dor em repouso ou claudicação.
- ☐ Parestesia, queimação ou perda de sensibilidade.
- ☐ Lesões ou alterações na coloração da pele?
- ☐ Perda de sensibilidade nas extremidades inferiores?

O paciente faz avaliações regulares dos pés com um profissional de saúde?



Minuto 2

O que procurar

Exame dermatológico

- ☐ Unhas alteradas ou encravadas.
- ☐ Micose ou infecção fúngica.
- ☐ Calos, hiperqueratose ou fissuras.
- ☐ Maceração interdigital.
- ☐ Feridas ou alterações de cor.

Exame neurológico

O paciente responde ao Teste do

- ☐ monofilamento de Semmes-Weinstein 10g (Estensiómetro)?

Exame Músculoesquelético

- ☐ Deformidades.
- ☐ Limitação de mobilidade.
- ☐ Médio-pé quente ou inflamado.

Exame Vascular

- ☐ Pulsos pedioso e tibial posterior palpáveis.
- ☐ Diferença de temperatura.
- ☐ Redução de pelos.



Minuto 3

O que ensinar

- **Examinar os pés diariamente**, incluindo a sola e entre os dedos; utilizar espelho ou pedir ajuda se necessário.
- **Manter os pés limpos e secos**, secando bem após o banho, especialmente entre os dedos, e trocando as meias regularmente.
- **Evitar andar descalço**, inclusive dentro de casa.
- **Usar calçados adequados**, que não sejam apertados ou provoquem atrito.
- **Substituir os sapatos quando estiverem desgastados**, preferencialmente ao menos uma vez por ano.
- **Evitar tabagismo**, pois aumenta o risco de complicações nos pés.
- **Controlar a glicemia** por meio de alimentação saudável, atividade física e uso correto das medicações.
- **Comunicar ao profissional de saúde** qualquer ferida, mudança de cor ou inchaço nos pés.