

## Neuropatia Periférica

### O que é a Neuropatia Periférica Diabética?

A diabetes, através de vários mecanismos, especialmente por hiperglicemias persistentes, (glicemias elevadas durante muito tempo), destrói as fibras nervosas periféricas (o caso dos nervos dos pés), levando à diminuição da sensibilidade. De uma forma simples, e depois de confirmada por testes e exames específicos, diz -se que o doente tem neuropatia periférica diabética

### Quais as consequências da Neuropatia Periférica?

A diminuição de sensibilidade facilita o aparecimento de lesões / feridas após traumatismos vulgares uma vez que passam despercebidas ao próprio utente. Em termos práticos, nesta situação, o diabético não sente bem a dor mesmo na presença de ferimentos. "Perde o sinal de alarme". Não tendo dor, e se não tem o cuidado de examinar os pés todos os dias, não procura apoio atempadamente e por vezes, quando se apercebe ou a família, ou durante as consultas, já o pé está em risco.

### Que fazer perante esta situação?

- ✓ Controlar bem a diabetes para evitar andar com glicemias elevadas durante muito tempo
- ✓ Observar, lavar e examinar os pés todos os dias, de forma cuidada com ajuda de um espelho ou um familiar
- ✓ Usar calçado e meias adequadas à sua situação. Peça orientações aos profissionais de saúde
- ✓ Recorrer, o mais cedo possível, a apoio especializado, em caso de ferimentos ou outros problemas nos pés. Não uso objectos cortantes nem calçadas, em caso de calos
- ✓ Não falte às consultas de vigilância e tratamento