

Origem e Importância da Angiologia

O pé humano é uma estrutura altamente especializada, que dá suporte e locomoção, além de ser importante para a estética. É constituído de delicadas estruturas osteomioligamentares, harmoniosamente balanceadas, visando a uma função complexa. Para isso, conta com uma rede vascular especializada, constituída de artérias, veias e vasos linfáticos, além de nervos.

Os diabéticos, em face da intolerância à glicose causada pela diminuição de insulina circulante, desenvolvem problemas em vários setores do organismo, que são tanto mais graves e precoces quanto pior for o controle da hiperglicemia (açúcar alto no sangue). A arterosclerose é muito favorecida pela diabetes e se instala precocemente em indivíduos mal controlados.

O descontrole é a principal causa das complicações do diabetes, que incluem a neuropatia (alteração da função do nervo) a arteriopatia (alteração do fluxo sanguíneo pelas artérias) e a infecção (diminuição da resistência aos micróbios). Portanto, os diabéticos que não controlam sua glicemia adequadamente terão os problemas das extremidades, especialmente dos pés. A frequência é tão grande que se cunhou o termo de "Pé Diabético".

A neuropatia provoca a redução da dor e sensibilidade nos pés, levando o paciente a ignorar dores e até feridas; e a infecção é o fator que leva, em questão de horas ou dias, à destruição dos tecidos.

Nem sempre o tratamento clínico é suficiente e, às vezes, somos obrigados a lançar mão da cirurgia, através das pontes, como a ponte de safena. Muitas vezes já existe necrose. Neste caso, o cirurgião vascular realizará uma drenagem cirúrgica ou um desbridamento da lesão, retirando a parte do tecido necrosado (morto).

Quando a parte necrosada for extensa (gangrena), o cirurgião deverá realizar uma amputação. Esta solução, extrema, é, às vezes, o único recurso para salvar a vida do paciente, já que a gangrena poderá levar o paciente diabético ao óbito.

Melhor que tratar, no entanto, é evitar. Assim, o controle rigoroso da glicemia é essencial. Dessa forma, o acompanhamento do endocrinologista é fundamental para que o controle da doença seja próximo do ideal. O auto-exame dos pés é um imperativo na vida do diabético.

O decálogo a seguir resume as principais recomendações para diabéticos:

- 1 - Examine, todos os dias, os seus pés. Verifique se existem bolhas, calos, úlceras, micose entre os dedos ou infecções. Examine seus pés pela manhã ao acordar, e à noite, ao deitar. Use um espelho para "olhar" as solas dos pés ou peça a ajuda de um parente, amigo ou vizinho.
- 2 - Passe as mãos dentro de seus sapatos. Não use sapato antes de examiná-los com as mãos. Não use sapatos apertados. Cuidado com sapatos novos ou sandálias. Mas nunca ande descalço. Mesmo em casa, use um calçado. Nunca ande descalço na praia.
- 3 - Lave bem e diariamente os pés, usando água morna. Use sabão neutro. Nunca deixe de enxugar bem os pés e entre os dedos.
- 4 - Andar é o melhor exercício para a circulação. Ande pausadamente e de forma regular. Mesmo alguns quarteirões por dia já são suficientes. Entretanto, no caso de feridas ou lesões, pode ser o repouso necessário. Consulte seu médico.
- 5 - Abandone o hábito de fumar, para preservar a sua circulação.
- 6 - Corte as unhas com cuidado, evitando machucar os bordos da unha e a pele. Não corte os calos, lixe-os delicadamente e regularmente. Não retire as "cutículas", ela protege sua unha. Não permita que extraiam sua unha sem exame médico prévio.

7 - Nos dias frios, proteja os pés usando meias de lã ou algodão, bem folgadas. Nunca use nada que aperte seus pés e possa prejudicar o fluxo sanguíneo.

8 - Nunca confie em sua sensibilidade térmica (de temperatura) ou dolorosa (de dor). Evite os excessos de calor e frio. O fato de você sentir que seu pé está "frio" não significa que este esteja. Nunca aplique saco de água quente nos pés.

9 - Nunca use remédios ou produtos químicos nos pés sem consultar o especialista. Devido ao diabetes, produtos corriqueiros podem ser danosos para a sua pele.

10 - É importante que você visite seu médico com regularidade, mesmo que pense que está tudo bem. Procure saber o endereço e os telefones de seu médico, bem como os de seus assistentes. Se não encontrá-lo, procure um pronto-socorro.