

# Cuidados com os pés para doentes diabéticos

## INFORMAÇÕES PARA O DOENTE



Centro Hospitalar do Valais Romando  
Departamento de Diabetes

**Em colaboração com o Centre du pied diabétique**  
Centro do pé diabético:

- **Centre Hospitalier du Valais Romand (CHVR)**  
Centro Hospitalar do Valais Romando
- **Clinique Romande de Réadaptation (CRR)**  
Clínica Romanda de Readaptação
- **Clinique de Valère**  
Clínica de Valère
- **Association Valaisanne du Diabète**  
Associação da Diabetes do Valais
- **Société Suisse des Podologues**  
Sociedade Suíça de Podólogos



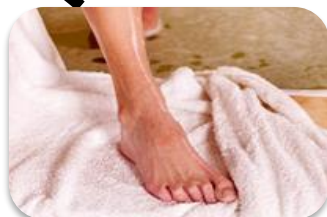
**Action Diabète**  
**Aktion Diabetes**  
Valais – Wallis



## RITUAL QUOTIDIANO



1. Lave diariamente os pés com água morna.



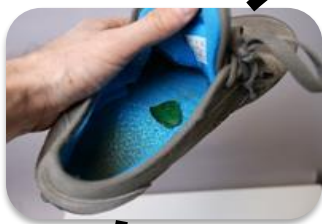
2. Seque bem os pés, sobretudo entre os dedos.



3. Examine diariamente os pés, com a ajuda de um espelho, se necessário.



4. Use meias de fibra natural clara.



6. Verifique se existe alguma coisa dentro dos sapatos antes de os calçar.



5. Aplique creme hidratante, exceto entre os dedos.



## AÇÕES REGULARES:

### Conselhos



Aplique diariamente  
creme hidratante.



Consulte o médico  
assim que aparecer uma  
ferida.



Consulte  
frequentemente o seu  
podólogo



Calce sapatos adaptados  
aos seus pés.  
Peça ao seu fabricante de  
calçado ortopédico que os  
verifique regularmente.

### Proibições



Não corte as unhas a si  
mesmo; também não  
deve usar objetos  
pontiagudos nos pés.



Não use fontes de calor  
nos pés.



Não use fontes de frio  
nos pés.



Não ande descalço.

## CONTACTOS



### **Centre Valaisan du pied diabétique**

Em colaboração com CRR, Hôpital du Valais CHVR e ICH

+41 (0)27 603 45 64, [chvr.pieddiabetique@hopitalvs.ch](mailto:chvr.pieddiabetique@hopitalvs.ch)

### **CHVR:**

- Consulta do pé e de feridas
  - Consulta de cirurgia vascular e feridas crónicas
  - Consulta de diabetologia
  - Consulta de angiologia
- +41 (0)27 603 40 00

### **Clinique Romande de Réadaptation**

Consulta de feridas e calçado

+41 (0)27 603 20 50/51

### **Clinique de Valère**

Consulta do pé e de feridas

+41 (0)27 327 17 57,

[consultplaies@cliniquevalere.ch](mailto:consultplaies@cliniquevalere.ch)

### **Consultas independentes:**

- Angiologia
- Diabetologia (médica e enfermeiros clínicos)
- Fabricantes de botas ortopédicas
- Podologia
- Enfermeiros clínicos especializados em feridas

### **Parceiros**

#### **Association Valaisanne du Diabète (AVsD)**

Secretariado: +41 (0)27 322 99 72, [www.avsd.ch](http://www.avsd.ch)

*Tratamentos reembolsados pelo seguro obrigatório*

#### **Société suisse des podologues (SSP)**

[www.podologues.ch](http://www.podologues.ch)

*Tratamentos reembolsados pelo seguro complementar*