



**CENTRO UNIVERSITÁRIO VALE DO SALGADO**  
**CURSO DE BACHARELADO EM ENFERMAGEM**

**MARIA MILENA CARLOS BATISTA**

**CONSTRUÇÃO DE UM INFOGRÁFICO PARA O AUTOCUIDADO DE PESSOAS  
COM ÚLCERA VARICOSA**

ICÓ – CE

2024

MARIA MILENA CARLOS BATISTA

**CONSTRUÇÃO DE UM INFOGRÁFICO PARA O AUTOCUIDADO DE PESSOAS  
COM ÚLCERA VARICOSA**

Monografia submetida a disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso (TCC II) do curso de Bacharelado em Enfermagem do Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS) a ser apresentada como pré-requisito para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

**Orientadora:** Prof<sup>ª</sup> Me Rayanne de Sousa Barbosa.

MARIA MILENA CARLOS BATISTA

**CONSTRUÇÃO DE UM INFOGRÁFICO PARA O AUTOCUIDADO DE PESSOAS  
COM ÚLCERA VARICOSA**

Monografia submetida a disciplina de Trabalho de Conclusão de Curso (TCC II) do curso de Bacharelado em Enfermagem do Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS) a ser apresentada como pré-requisito para obtenção do título de Bacharel em Enfermagem.

Aprovado em: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA:**

---

**Profª. Ma. Rayanne de Sousa Barbosa**  
Centro Universitário Vale do Salgado  
*Orientadora*

---

**Profº. Me. José Evaldo Gomes Júnior**  
Centro Universitário Vale do Salgado  
*1ª Examinador*

---

**Profº. Dr. João Paulo Xavier Silva**  
Centro Universitário Vale do Salgado  
*2ª Examinador*

*Dedico esse trabalho a Deus, aos meus pais, Veranilce e Iran, ao meu esposo Danilo, e aos meus irmãos Marcelo e Manoel por todo amor, apoio e dedicação. E por serem a razão de tudo em minha vida. Dedico-lhes essa conquista.*

## AGRADECIMENTOS

A Deus por sempre está ao meu lado mesmo que algumas vezes achava que não merecia, por ter me dado saúde, sabedoria e força para superar as dificuldades, por não ter me deixado desistir dos meus sonhos e objetivos nos momentos mais difíceis e por sempre me mostrar o caminho certo.

Agradeço ao meu esposo Danilo Lourenço por todo o amor que transmite a compreensão e parceria, por me apoiar desde do início quando decidi ingressar na graduação, por sempre acreditar em mim, por todo o esforço financeiro que teve que ter para me proporcionar uma qualidade de vida e por estar ao meu lado em todos os momentos.

Aos meus pais Veranilce Carlos e Iran Batista que sempre estiveram ao meu lado me apoiando ao longo de toda a minha trajetória. Tenho muita gratidão por ter a sorte de ter vocês na minha vida.

Aos meus irmãos Marcelo Carlos e Manoel Carlos a quem considero os meus melhores amigos e por todo carinho e atenção quando sempre precisei.

Agradeço as minhas amigas que levarei para vida, em especial Mikaelly Beserra, Karollayne Oliveira e Geovana Feitosa, pelas trocas de ideias e ajuda mútua em toda caminhada da faculdade, juntas conseguimos avançar e ultrapassar todos os obstáculos.

Grata pela confiança depositada pela minha orientadora Rayanne Barbosa e por ter aceitado me orientar, por sua dedicação e paciência durante a elaboração desse projeto, pela persistência, apesar de todos os problemas que encontramos, e por me colocar na direção correta.

Aos meus examinadores da banca examinadora professores Evaldo Júnior e João Paulo que, com paciência e dedicação, acompanharam todo o processo deste trabalho, fornecendo orientações valiosas e contribuindo para o meu desenvolvimento.

*“Confie em Deus, independente da sua fase, pois no fim, o Senhor sempre surpreende àqueles que mantêm a fé. E Deus disse, eu irei com você e lhe darei a vitória”.*  
*Êxodo 33:14*

## RESUMO

BATISTA, M. M. C. **CONSTRUÇÃO DE UM INFOGRAFICO PARA O AUTOCUIDADO DE PESSOAS COM ÚLCERA VARICOSA**. 2024. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Enfermagem). Centro Universitário Vale do Sagado. Icó-CE. 2024.

A Úlcera Varicosa é um problema de saúde pública por demandar cuidados contínuos e gerar altos custos para os sistemas de saúde, essa patologia é caracterizada por uma lesão cutânea que afeta os membros inferiores. Assim, o portador dessa patologia necessita de uma assistência de enfermagem para o cuidado correto dessa lesão. Dessa forma, a presente pesquisa baseia-se na seguinte pergunta norteadora: Qual a importância do infográfico para o autocuidado de pessoas com Úlcera Venosa? A escolha desse tema deu-se através da importância de uma tecnologia educativa, que visa auxiliar no autocuidado dessas pessoas. Objetivou-se descrever o processo de elaboração de um infográfico com ênfase nas medidas de autocuidado das pessoas com úlcera varicosa. Para construção do infográfico, realizou-se uma revisão integrativa da literatura. A pesquisa foi realizada através das bases de dados: Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), Biblioteca Virtual *Scientific Eletronic Library Online* (SCIELO), Base de Dados de Enfermagem (BDENF) e *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE). As buscas ocorreram no período fevereiro a maio de 2024. Através dos descritores (DeCs/ MeSH): “Úlcera Varicosa” AND “Autocuidado” AND “Úlcera Varicosa” AND “Tecnologia”. Realizado os cruzamentos foram identificadas: 288 artigos. Após aplicação dos filtros restaram 68 referenciais, 9 artigos compuseram a amostra final. Foi utilizado o instrumento *Preferred Reporting Items Systematic Review and Meta-Analyses* (PRISMA) para demonstrar o processo de busca e seleção do estudo em questão. Foi efetuada a categorização dos Níveis de Evidência (NE) dos estudos que compuseram a amostra em seis níveis. Os estudos foram organizados a fim de simplificar, sumarizar, abstrair e comparar, sistematicamente as informações em 5 quadros. Dos 9 estudos selecionados para compor amostra final abrevou-se que todos os estudos foram publicados no Brasil, com nível 4 de evidência científica. As principais condutas da construção de tecnologia para autocuidado de pessoas com UV foram: utilização de tratamento compressivo com bota unna, bandagem elástica e de multicamadas, elaboração de metodologia educativa para auxiliar os familiares e portadores da UV, autocuidado e prevenção, os efeitos da ultrassonografia com baixa frequência e o uso da escala de PUSH para avaliação do processo cicatricial. Os estudos destacam, portanto, que é notório os tratamentos tópicos e sistêmicos influenciam de forma positiva da pessoa com UV pois são de suma importância para avaliar o processo cicatricial de lesões crônicas, o enfermeiro se atentar em tudo, manter sua organização e planejamento para um atendimento de excelência aos pacientes com úlcera varicosa permitindo que através do estado de saúde do paciente consiga-se ter uma avaliação das características é uma melhora, mais fidedigna da lesão. Além disso, faz necessários a adoção de medidas que aborde a construção de tecnologias em saúde para os usuários com UV.

**Palavras-Chave:** Pessoas com úlceras varicosas. Tecnologia em saúde. Autocuidado de doença.

## ABSTRACT

BATISTA, M. M. C. **CONSTRUCTION OF AN INFOGRAPHIC FOR SELF-CARE OF PEOPLE WITH VARICOSE ULCERS**. 2024. Course Completion Work (Graduation in Nursing). Vale do Sagado University Center. Icó-CE. 2024.

Varicose ulcer is a public health problem as it demands continuous care and generates high costs for health systems. This pathology is characterized by a skin lesion that affects the lower limbs. Therefore, people with this pathology need nursing assistance to correctly care for this injury. Therefore, this research is based on the following guiding question: How important is the infographic for the self-care of people with Venous Ulcers? The choice of this theme was based on the importance of educational technology, which aims to help these people self-care. The objective was to describe the process of creating an infographic with an emphasis on self-care measures for people with varicose ulcers. To create the infographic, an integrative literature review was carried out. The research was carried out using the following databases: Virtual Health Library (VHL), Virtual Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Nursing Database (BDENF) and Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE). The searches took place from February to May 2024. Using the descriptors (DeCs/ MeSH): “Varicose Ulcer” AND “Self-care” AND “Varicose Ulcer” AND “Technology”. After crossing, 288 articles were identified. After applying the filters, 68 references remained, 9 articles made up the final sample. The Preferred Reporting Items Systematic Review and Meta-Analyses (PRISMA) instrument was used to demonstrate the search and selection process for the study in question. The Levels of Evidence (LE) of the studies that made up the sample were categorized into six levels. The studies were organized in order to systematically simplify, summarize, abstract and compare the information in 5 tables. Of the 9 studies selected to compose the final sample, it was noted that all studies were published in Brazil, with level 4 scientific evidence. The main approaches to building technology for self-care for people with UV were: use of compressive treatment with an unna boot, elastic and multilayer bandages, development of an educational methodology to help family members and people with UV, self-care and prevention, the effects of ultrasound with low frequency and the use of the PUSH scale to evaluate the healing process. The studies highlight, therefore, that it is clear that topical and systemic treatments have a positive influence on the person with VU as they are extremely important to evaluate the healing process of chronic injuries, for nurses to pay attention to everything, maintain their organization and planning for an excellent care for patients with varicose ulcers, allowing a more reliable evaluation of the characteristics and improvement of the lesion based on the patient's health status. Furthermore, it is necessary to adopt measures that address the construction of health technologies for users with UV.

**Keywords:** People with varicose ulcers. Health technology. Illness self-care.



## LISTA DE FIGURAS E QUADROS

<b>FIGURA 1</b> – Fluxograma das etapas metodológicas para o desenvolvimento de uma tecnologia educativa. Echer, 2005.....	<b>18</b>
<b>QUADRO 1</b> – Estruturação de busca nas bases de dados. SANTOS, PIMENTA, NOBRE 2007.....	<b>20</b>
<b>QUADRO 2</b> – Levantamento de dados SCIELO, LILACS, MEDLINE, BDNF e BVS. Icó, Ceará, Brasil, 2024.....	<b>21</b>
<b>QUADRO 3</b> - Características dos estudos selecionados, relativos à autoria, ano, título, bases de dados, Icó, Ceará, Brasil, 2024.....	<b>23</b>
<b>QUADRO 4</b> – Caracterização dos estudos selecionados relativos a Código de identificação do artigo, Objetivos, Tipo de estudo e Nível de evidência, Icó, Ceará, Brasil, 2024.....	<b>24</b>
<b>QUADRO 5</b> – Diz respeito a importância do infográfico para o autocuidado de pessoas com Úlcera Varicosa. Icó, Ceará, Brasil, 2024.....	<b>25</b>

## LISTA DE SIGLAS E/OU ABREVIATURAS

<b>APTL</b>	Ambulatório de Prevenção e Tratamento de Lesões
<b>ADS</b>	Área Descentralizado de Saúde
<b>BVS</b>	Biblioteca Virtual em Saúde do Ministério da Saúde
<b>BDENF</b>	Base de Dados em Enfermagem
<b>COFEN</b>	Conselho Federal de Enfermagem
<b>CAPS</b>	Centro de Atenção Psicossocial
<b>DAP</b>	Doença Arterial Periférica
<b>DeCS</b>	Descritores em Ciências da Saúde
<b>ESF</b>	Estratégia Saúde da Família
<b>IVC</b>	Insuficiência Venosa Crônica
<b>IBGE</b>	Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística
<b>LILACS</b>	Literatura Latino-americana em Ciência da Saúde
<b>LPP</b>	Lesão Por Pressão
<b>MEDLINE</b>	<i>Medical Literature Analysis And Retrieval System Online</i>
<b>MESH</b>	<i>Medical Subject Headings</i>
<b>NANDA</b>	Associação Norte Americana de Diagnostico de Enfermagem
<b>NIC</b>	Classificação das Intervenções de Enfermagem
<b>NOC</b>	Classificação dos Resultados de Enfermagem
<b>PRISMA</b>	<i>Preferred Reporting Items Systematic Reveiw And Meta-Analyses</i>
<b>PUSH</b>	<i>Pressure Ulcer Scale For Healing</i>
<b>SOBEST</b>	Associação Brasileira de Estomaterapia
<b>SCIELO</b>	<i>Scientfc Electronic Library Online</i>
<b>UNIVS</b>	Centro Universitário Vale do Salgado
<b>UV</b>	Úlcera Varicosa

## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO.....</b>	<b>11</b>
<b>2</b>	<b>OBJETIVOS.....</b>	<b>13</b>
2.1	OBJETIVO GERAL.....	13
2.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	13
<b>3</b>	<b>REVISÃO DE LITERATURA.....</b>	<b>14</b>
3.1	ASPECTOS GERAIS DAS FERIDAS COMPLEXAS.....	14
3.2	ÚLCERAS VARICOSAS.....	15
3.3	CUIDADOS DE ENFERMAGEM PARA PESSOAS COM UV.....	16
<b>4</b>	<b>METODOLOGIA.....</b>	<b>18</b>
4.1	DELINEAMENTO DO ESTUDO.....	18
4.2	ETAPAS DO ESTUDO.....	18
<b>4.2.1</b>	<b>Levantamento dos dados.....</b>	<b>19</b>
4.2.1.1	Evidências científicas: revisão integrativa.....	19
<b>4.2.2</b>	<b>Elaboração da tecnologia educativa: infográfico.....</b>	<b>21</b>
<b>5</b>	<b>RESULTADOS.....</b>	<b>23</b>
<b>6</b>	<b>DISCUSSÕES.....</b>	<b>27</b>
6.1	CATEGORIA 1- ORIENTAÇÕES DE CUIDADOS TÓPICOS PARA PESSOAS COM UV.....	27
6.2	CATEGORIA 2- ORIENTAÇÕES DE CUIDADOS SISTÊMICOS A PESSOA COM UV.....	29
<b>7</b>	<b>CONSIDERAÇÕES FINAIS.....</b>	<b>31</b>
	<b>REFERÊNCIAS.....</b>	<b>32</b>
	<b>APÊNDICES.....</b>	<b>37</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A Úlcera Varicosa (UV) é caracterizada por uma lesão cutânea que afeta os membros inferiores, particularmente as regiões maleolares mediais e lateral próximo ao tornozelo, os dados mostram que essa lesão corresponde a cerca de 70% a 90% dos casos de úlceras nos membros inferiores. Essa lesão está relacionada à Insuficiência Venosa Crônica- IVC, sendo uma doença caracterizada por uma ferida nos membros inferiores, causando alterações significativas na integridade da pele que ocorre devido à dificuldade do retorno do sangue das pernas ao coração, causado pela dilatação das veias. É o estágio mais avançado e grave da doença contendo alteração morfológica ou funcional do sistema venoso (NOGUEIRA *et al.*, 2020).

A Úlcera Varicosa é um problema de saúde pública por demandar cuidados contínuos e gerar altos custos para os sistemas de saúde, restringindo a capacidade funcional do indivíduo interferindo de forma negativa na qualidade de vida dos pacientes. Cerca de 3% da população brasileira, principalmente mulheres e idosos, tornando a idade avançada um dos principais fatores de risco primário da doença. Com faixa etária entre 60 e 80 anos, tornando a 14ª causa de afastamento de atividades laborais no país e a 34ª causa de aposentadorias, além de gerar impactos psicológicos comprometendo a percepção do indivíduo sobre si (NASCIMENTO *et al.*, 2020).

Às manifestações clínicas são causadas por disfunção do sistema venoso periférico em decorrência de refluxo e/ou obstrução, podendo ser a nível superficial, profundo ou ambos, geralmente acometendo os membros inferiores. Entre os fatores de risco para o desenvolvimento da doença, pode-se citar: o aumento da idade, ser do sexo feminino, múltiplas gestações, obesidade, hereditariedade, tabagismo, os contraceptivos orais e terapia de reposição hormonal (SALES *et al.*, 2022).

O diagnóstico da UV é através da consulta com o cirurgião vascular. O médico poderá avaliar com exame clínico e histórica clínica, visando identificar queixa e a duração dos sintomas, histórico familiar de doenças venosas, realizar exames complementares, avaliação do sistema vascular, como doppler de onda contínua; esse exame é utilizado para detectar refluxo venoso e duplex ecan ou ecodoppler é uma ultrassonografia para examinar a anatomia vascular assim analisar a hemodinâmica (CAMPO *et al.*, 2016).

O tratamento de úlcera varicosa requer uma abordagem multiprofissionais com intuito em cicatrizar o mais rápido possível a lesão fazendo avaliação e prescrevendo a cobertura ideal. As medidas de autocuidado são repouso, não permanecer na mesma posição por tempo

prolongado, práticas de exercícios físicos com regularidade, uma dieta equilibrada, nos casos de obesidade diminuição do peso, compressão como meias elásticas e curativos das feridas, focando na assistência do enfermeiro pois esse profissional vai acompanhar desde da promoção a saúde a prevenção e do tratamento dos pacientes com UV (GOMES E HONORATO, 2021).

Diante disso, surgiu a seguinte pergunta de pesquisa: Qual a importância do infográfico para o autocuidado de pessoas com Úlcera Venosa?

Justifica-se o presente estudo, a partir da experiência como extensionista em um projeto de extensão, que consiste em um ambulatório especializado no tratamento de feridas. O APTL (Ambulatório de Prevenção e Tratamento de Lesões) que acontece na clínica escola do Centro Universitário Vale do Salgado, foi possível ver que os pacientes com UV demandam de vários cuidados específicos, incluindo orientações de autocuidado, com a finalidade de trazer empoderamento e autonomia para esse público, por isso, viu-se a necessidade de uma construção de uma tecnologia educativa.

A relevância desse estudo é, sobretudo, para os pacientes com UV, pois irá trazer informações sobre o autocuidado, autonomia e empoderamento no cuidado do dia a dia, sendo também importante para os familiares pois irá dá um suporte no cuidado a pessoas com UV, relevante também para os enfermeiros pois consiste em mais uma estratégia educativa para ajudar na adesão ao tratamento do paciente com UV, e também importante para comunidade acadêmica e científica por trazer novos conhecimentos e novas tecnologias que incentivem a busca de novas pesquisas científicas.

## **2 OBJETIVOS**

### **2.1 OBJETIVO GERAL**

Construir um infográfico para o autocuidado de pessoas com Úlcera Varicosa.

### **2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

- Buscar na literatura científica as tecnologias em saúde utilizadas para o autocuidado de pessoas com úlceras varicosas;
- Descrever o processo de elaboração de um infográfico com ênfase nas medidas de autocuidado das pessoas com úlcera varicosa.

### 3 REVISÃO DE LITERATURA

#### 3.1 ASPECTOS GERAIS DAS FERIDAS COMPLEXAS

As feridas complexas são caracterizadas por atingir a perda maior do órgão do corpo humano, a pele, em pequena ou grande extensão, provocada por traumas, ou doenças clínicas específicas. Apresenta característica de difícil cicatrização, por um período maior de três meses, com complicações como hemorragias, deiscência, infecção, gangrena, necrose, provocado um processo de cicatrização lento (SEGUESSE E JACON 2022).

Dentre as feridas complexas mais prevalentes pode-se citar: as úlceras pé diabético, lesão por pressão, vasculogênicas, arterial e linfedema. Essas lesões podem estar associadas a diferentes fatores, como comprometimentos vasculares, diabetes mellitus, hipertensão arterial sistêmica, neuropatias, imobilidade prolongada, neoplasias e alterações nutricionais, necessitando de tratamento especializado baseado, especialmente, na avaliação contínua. (VASCONCELOS et al., 2020).

O Pé diabético é uma ferida complexa, que pode acometer cerca de até 70,0% das amputações em membros inferiores. Acontecem por alterações, tegumentares e musculoesqueléticas nas extremidades corporais e principalmente nos pés, caracterizado pela associação de infecções e ulcerações com alterações neurológicas e vasculares nos membros inferiores. Geralmente a lesão no pé diabético ocorre por corte inadequado das unhas dos pés, higiene precária, hábito de caminhar descalço e uso de calçados impróprios (ARAGÃO et al., 2022).

As Lesões Por Pressão (LPP) correspondem a lesões localizadas na pele e/ou no tecido subjacente, geralmente em proeminências ósseas, acontece por pressão isolada ou combinada com força de cisalhamento e /ou fricção, podendo resultar em morte tecidual. As LPP's se desenvolvem principalmente em pessoas acamadas por longos períodos, os fatores relacionados podem ser o estado nutricional, alterações circulatórias, perfusão tissular alterada, idade, fratura no fêmur, doenças crônicas e tetraplegia. Dessa forma, acarreta atraso na recuperação, além de ser uma porta de entrada para infecções (SOUSA et al., 2018).

As úlceras vasculogênicas apresentam etiologia vascular. Que afetam artérias, veias e mistas, além de ser um processo crônico e doloroso se tornando um sério problema de saúde pública, podendo surgir espontaneamente ou traumáticamente, essas lesões interferem na circulação e na cicatrização, são associados a fatores com impactos emocional e negativo aos pacientes, como baixa escolaridade, baixa renda familiar e hábitos de vida, com falta de

informação e dificuldades na adesão ao tratamento, prejudicando a qualidade de vida do paciente no dia a dia. No Brasil o número de portadores de úlceras vasculogênicas vem aumentando cada vez mais, com isso, aumentando os custos no sistema único de saúde (SILVA, TORRES E ANDRADE 2020).

A doença arterial periférica (DAP) é um estreitamento ou bloqueio das artérias nas extremidades inferiores e é mais frequentemente assintomática. As úlceras arteriais são lesões apresentam características únicas, como bordas pálidas, regulares e bem circunscritas, com leitos necróticos, pouco tecido de granulação, odor característico e pouco exsudato. São causadas pela dificuldade de fornecimento de sangue arterial às extremidades inferiores e a causa mais comum é a arteriosclerose. No entanto, a trombose pode causar insuficiência arterial (MENEZES, CINTRA E FÉLIX 2020).

O linfedema é uma doença resultada por acúmulo de água, sal, eletrólitos e fluido extracelular rico em proteína no espaço intersticial, é uma condição incurável e progressiva, caracterizada por acúmulo de líquido linfático no tecido adiposo, edema, fibrose e degradação de gordura na superfície celular subcutânea. Além de dificultar a capacidade do organismo transportar o líquido para a circulação sistêmica, assim, promovendo o processo inflamatório crônico no membro acometido (MELO *et al.*, 2022).

### 3.2 ÚLCERAS VARICOSAS

A UV tem como definição uma lesão aberta nos membros inferiores. Isso acontece devido a hipertensão venosa persistente agredindo o local acarretando a abertura da ulcera, fazendo com que seja acometido a qualidade de vida do paciente com essa doença, como dificuldade na deambulação, edema, inflamação crônica nas veias e nos capilares levando a dificuldade no reparo tecidual e a diminuição da pressão vascular dentro do seu lúmen, causando as veias varicosas (CAMPOS *et al.*, 2016).

A Insuficiência varicosa crônica tem prevalência de cerca de 1 a 2% da população mundial, acarretando difícil cicatrização da lesão. Agindo diretamente sobre os mecanismos da fisiopatologia que levam ao surgimento de odor desagradável, alto grau de exsudação e dor, assim as úlceras apresentam um agravamento da IVC. Com isso, a estomaterapia é a especialidade de enfermagem que mais contribui no estudo e no tratamento adequado destes tipos de lesão (ALVES *et al.*, 2021).

As manifestações clínicas de UV, pode estar relacionado à trombose venosa, fratura na perna, apresenta dor ao caminhar, varizes, mudanças da cor na pele, ausência de pulsos



periféricos, pele fria, prurido nas pernas, palidez na região atingida, sensação de peso nas pernas, e na palpação tem presença de edema, esses sinais clínicos pode identificar uma possível UV (CAMPOS *et al.*, 2016).

Para prevenção de pacientes com UV, enfatiza-se a importância da nutrição, do repouso, da atividade física e da terapia compressiva para a cura e prevenção de recorrência. Uma revisão da literatura descobriu evidências científicas que mostram medidas simples e práticas para reduzir o edema dos membros inferiores, incluindo: Elevação das pernas evitar ficar em pé por longos períodos de tempo controlar a pressão alta e diabetes e manter a pele hidratada. Dessa forma prevenindo aparições de novas lesões (SILVA, *et al.*, 2019).

O tratamento de UV é importante para obter uma cicatrização adequada, através do uso de terapia compressiva é considerada o padrão ouro, para o tratamento desse tipo de lesão. O uso de coberturas para tratamento de feridas em conjunto com terapia de alta compressão (40 mmHg na região do tornozelo). No entanto, uma intervenção bem-sucedida requer uma perspectiva holística do indivíduo, o que pode exigir intervenção multidisciplinar por profissionais treinados e qualificados no tratamento UV (SAVIOLI, *et al.*, 2023).

A bota de Unna é uma técnica utilizada no tratamento de feridas crônicas, principalmente úlceras venosas de perna. Esse curativo avançado consiste em uma atadura de gaze embebida em óxido de zinco e glicerina, que é aplicada na perna do paciente e permanece no local por vários dias. A pressão aplicada pela bandagem reduz o inchaço e melhora a circulação sanguínea e linfática na área afetada. Além disso, a pasta de óxido de zinco e glicerina possui propriedades hidratantes e anti-inflamatórias que ajudam a promover a cicatrização de feridas (BORGES, 2011).

### 3.3 CUIDADOS DE ENFERMAGEM PARA PESSOAS COM UV

De acordo com o COFEN 2018 Resolução nº 567/2018, visa autorizar os enfermeiros generalistas e também enfermeiros especialistas, tanto dermatologistas quanto estomaterapeutas, no cuidado de pacientes com feridas. Compete ao Enfermeiro realizar a terapia de compressão elástica e inelástica de alta e baixa compressão, também cabe ao enfermeiro, a avaliação, elaboração de protocolos, seleção e indicação de novas tecnologias em prevenção e tratamento de pessoas com feridas, juntamente com o processo de enfermagem (SAVIOLI, 2023).

O diagnóstico tem como importância salientar que as características das úlceras podem ser feitas aparte da sua etiologia. Contudo, é essencial uma boa coleta de dados, centrada na

história da saúde atual e pregressa do paciente, considerando hábitos de vida que podem contribuir para o aparecimento das feridas. Deve-se realizar exames para avaliar o índice tornozelo-braquial, para medir a pressão arterial de braços e pernas, além do doppler para avaliar as características da pele ao redor e a avaliação neuromuscular preponderante. Além disso, a equipe de enfermagem especialista em ferida também realiza uma avaliação holística da ferida para o fechamento do diagnóstico (BORGES, 2011).

A assistência da equipe de enfermagem no tratamento das UV visa avaliar as características fisiopatológicas, observando o processo de cicatrização, pode-se utilizar o acrônimo da ferramenta TIMERS que é dividido em T: Avaliação, I: Infecção, M: Desequilíbrios da umidade, E: Borda da ferida, R: Regeneração da ferida e S: fatores sociais. Desse modo, obtendo estratégias de tratamento tópico para a ferida. Iniciando-se com a limpeza, podendo-se utilizar soro fisiológico a 0,9% e PHMB para ação antibactericida, realizar desbridamento quando o tecido necrótico estiver presente, aplicar coberturas adjuvantes para garantir o meio adequado para o processo de cicatrização e enfatizar o papel do enfermeiro no cuidado das UV's (SCHAPER, *et al.*, 2019).

Os diagnósticos de enfermagem são realizados mediante a classificação do NANDA (Associação Norte Americana de Diagnóstico de Enfermagem). Os principais diagnósticos relacionados a Úlcera Varicosa são: Infecção, risco de disfunção neurovascular periférica, integridade da pele prejudicada, excesso de volume líquido, integridade tissular prejudicada, risco de lesão, lesão por pressão no adulto e risco de sangramento (HERDMAN; KAMITDURU; LOPES, 2023).

Para o tratamento de lesões uma das ferramentas mais utilizadas para se estabelecer as intervenções que serão realizadas é o NIC (*Network Information Center*). Essa ferramenta possui diversas intervenções de enfermagem, tanto para casos de feridas como UV quanto para outros tipos de diagnósticos. As intervenções, geralmente, baseiam-se em educação nutricional, ações de autocuidado, aplicação de coberturas tópicas para cada caso, higienização da lesão e realização de curativo (BULECHEK; BUTCHER; DOCHTERMAN 2010).

Algumas das principais intervenções em casos de UV, presentes no NIC são: Oferecer informações adequadas sobre as necessidades nutricionais e a forma de satisfazê-los, encorajar maior ingestão de proteínas, ferro e vitamina C, conforme apropriado, auxiliar o paciente no autocuidado, restringir o uso de cigarro, vestir o paciente com roupas folgadas, vira o paciente imobilizado, no mínimo, a cada duas horas, conforme agenda específica, aplicar antibiótico tópico a área afetada, conforme apropriado, aplica anti-inflamatório tópico a área afetada, conforme apropriado (BULECHEK; BUTCHER; DOCHTERMAN, 2010).

## 4 METODOLOGIA

### 4.1 DELINEAMENTO DO ESTUDO

Trata-se de um estudo metodológico que considera métodos de aquisição e organização de dados e conduz investigações rigorosas. A pesquisa metodológica trata do desenvolvimento, validação e avaliação de ferramentas e métodos de pesquisa que podem posteriormente ser utilizados por outros (POLIT; BECK, 2011).

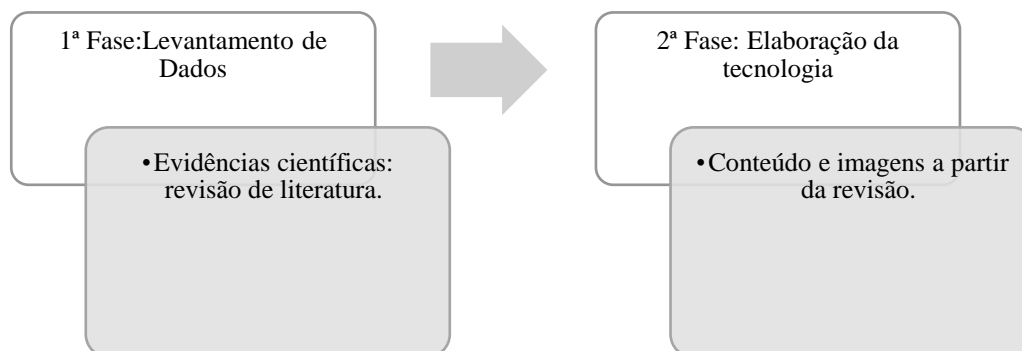
Portanto, o estudo enquadra-se na proposta metodológica aceita, propondo o desenvolvimento de uma tecnologia educativa direcionado para o autocuidado de pacientes com úlcera varicosa.

De acordo com Echer (2005), o processo de construção de tecnologias educativas envolve as seguintes etapas: levantamento bibliográfico; elaboração do material educativo e, por fim, qualificação ou validação do material por especialistas no assunto e representantes do público-alvo.

### 4.2 ETAPAS DO ESTUDO

A seguir, descrevem-se as etapas seguidas para a elaboração de uma tecnologia educativa, conforme propostas por Echer (2005), ilustradas na Figura 1 a seguir:

**FIGURA 1** - Fluxograma das etapas metodológicas para o desenvolvimento de uma tecnologia educativa. Icó, CE, Brasil, 2024.



Fonte: Adaptado de Echer (2005).

## 4.2.1 Levantamento dos dados

### 4.2.1.1 Evidências científicas: revisão integrativa

Foi realizada uma revisão integrativa da literatura com o objetivo de elucidar o uso da tecnologia no cuidado de pacientes com úlceras varicosas. A revisão de literatura é um método que permite a síntese do conhecimento ao incluir trabalhos sobre um tema e, além disso, traz uma importante contribuição para a prática baseada em evidências e leva a uma compreensão mais profunda do tema em estudo. (MÉNDEZ, 2019).

Foi utilizado para a realização deste estudo, as etapas previstas da revisão integrativa: 1) Identificação do tema e elaboração da pergunta norteadora; 2) Busca na literatura utilizando os critérios de inclusão e exclusão; 3) Extração, sumarização e organização das informações extraídas dos estudos selecionados, incluindo título e referências, ano/país, delineamento metodológico, desfechos; 4) Análise crítica e detalhada dos estudos incluídos na revisão, garantindo a elegibilidade por temática e adequação à proposta e objeto de estudo da revisão; 5) Interpretação dos achados/resultados; 6) Discussão dos resultados e apresentação da revisão (MENDES, 2019).

A questão de revisão foi elaborada por meio da estratégia PiCo, que preconiza como elementos fundamentais o acrônimo mnemônico: P – População/ paciente/ problema, I – Fenômeno de interesse e Co – Contexto. Para a busca de evidências, foram definidos os elementos: P – pessoas com úlceras varicosas, I – tecnologia em saúde e Co – prevenção. Diante disso, a questão de revisão adotada foi: “Quais tecnologias em saúde são utilizadas no autocuidado de pessoas com úlceras varicosas”?

As buscas foram realizadas nas bases: *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online* (MEDLINE) via PubMed, *Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde* (LILACS), *Web of Science*, *Scopus*, *Cochrane Library* e Embase, e na biblioteca virtual *Scientific Electronic Library Online* (SciELO) e Base de Dados de Enfermagem (BDENF).

A estratégia de busca foi construída utilizando dois vocabulários controlados em saúde, *Descritores em Ciências da Saúde* (DeCS), *Medical Subject Headings* (MeSH), linguagem natural e operadores booleanos AND e OR, e foi utilizada em diversas bases de dados (ARAÚJO, 2020). O quadro 1 mostra a estrutura utilizada no banco de dados.

**QUADRO 1** – Estruturação de busca nas bases de dados. Icó, CE, Brasil, 2024.

	<b>P</b>	<b>I</b>	<b>Co</b>
<b>Extração</b>	Pessoas com úlceras varicosas\ venosas	Tecnologia em saúde	Autocuidado de doença
<b>Conversão</b>	“Varicose ulcer” “Venous ulcer”	“Information Technology”	“Disease Prevention”
<b>Construção</b>	(“Varicose ulcer” “Venous ulcer” OR injuries OR “injuries and woudns”)	(“ Information Technology” OR “Information and communication technology” OR health)	(“Disease Prevention OR preventive actions against diseases OR prevention OR Primary Preventio OR primary disease prevention OR primary disease prevention”)

Fonte: SANTOS, PIMENTA, NOBRE (2007.)

A busca nas bases de dados aconteceu no período de fevereiro e março de 2024.

A seleção da amostra de artigos foi baseada nos seguintes critérios de inclusão: Artigos em inglês, português ou espanhol, no setor público que abordem o uso da tecnologia para o autocuidado e prevenção Úlceras varicosas. E sem recorte temporal. Os critérios de exclusão são estudos repetidos, avisos de seleção, fichas de catálogo e estudos em outro idioma não especificado para este estudo.

Para projetar o processo de busca e seleção do estudo em questão, utilizou-se o *Instrumento Preferred Reporting Items Systematic Review and Meta-Analyses (PRISMA)* (MOHER et al., 2009) (ANEXO A).

O processo de seleção dos dados ocorreu por meio de dupla validação independente em planilhas do Microsoft Excel®. Eventuais discrepâncias serão resolvidas por um terceiro revisor até que haja consenso entre os autores.

Inicialmente foram lidos título e resumo dos estudos. Aqueles que se adequarem ao objeto de estudo selecionados para leitura na íntegra. Com propósito de obter um bom resultado e evitar viés, esta revisão foi revisada em pares e caso necessite, será identificado um terceiro revisor para caso de discordância.

Os resultados obtidos nas bases foram exportados para o gerenciador de referências Rayyan®, para retirada de duplicidades, seleção e triagem dos estudos, os artigos selecionados em cada base de dados importados no formato de arquivo BibTex.

Verificou-se a partir da extração dos dados, é criado um formulário específico com base nas seguintes informações: Identificação do artigo (autor, título, periódico/base de dados, país, idioma do estudo, ano de publicação). Objetivos: percursos metodológicos (desenho,

características dos participantes, coleta, organização e análise de dados); Descrição da tecnologia (tipos, utilizações, profissionais que aplicaram a tecnologia, equipamentos, dificuldade). Principais resultados e conclusão.

Os dados finais foram organizados em quadro contendo (tipo de estudo, ano de publicação, tipo de tecnologia, objetivo da tecnologia).

#### 4.2.2 Elaboração da tecnologia educativa: infográfico

O objetivo do infográfico é abordar as necessidades de autocuidado dos pacientes com úlcera varicosa, respondendo às perguntas mais frequentes de forma envolvente, objetiva e não muito ampla e de fácil compreensão pelo leitor.

Relação à linguagem destaca-se a necessidade de textos curtos e diretos, em linguagem simples e compreensível (DOAK; DOAK; ROOT, 1996; FONSECA *et al*, 2004).

As mensagens gravadas nos materiais educativos consistem em conteúdos pré-selecionados que podem ser interpretados de diversas formas, permitindo ao leitor tirar suas dúvidas durante a leitura sem o auxílio de especialistas qualificados. Portanto, não deve ser utilizada linguagem científica, mas sim ilustrações que complementem a mensagem do texto escrito (SHARAPIN *et al*, 2003; FREITAS; CABRAL, 2008).

Para a construção do infográfico foi utilizado imagens atrativas e dinâmicas para chamar a atenção dos pacientes acerca das práticas de autocuidado. Healy *et al*, (2011), enfatiza que materiais educativos contendo cores são mais eficazes na transmissão da mensagem, em contrapartida do preto e branco.

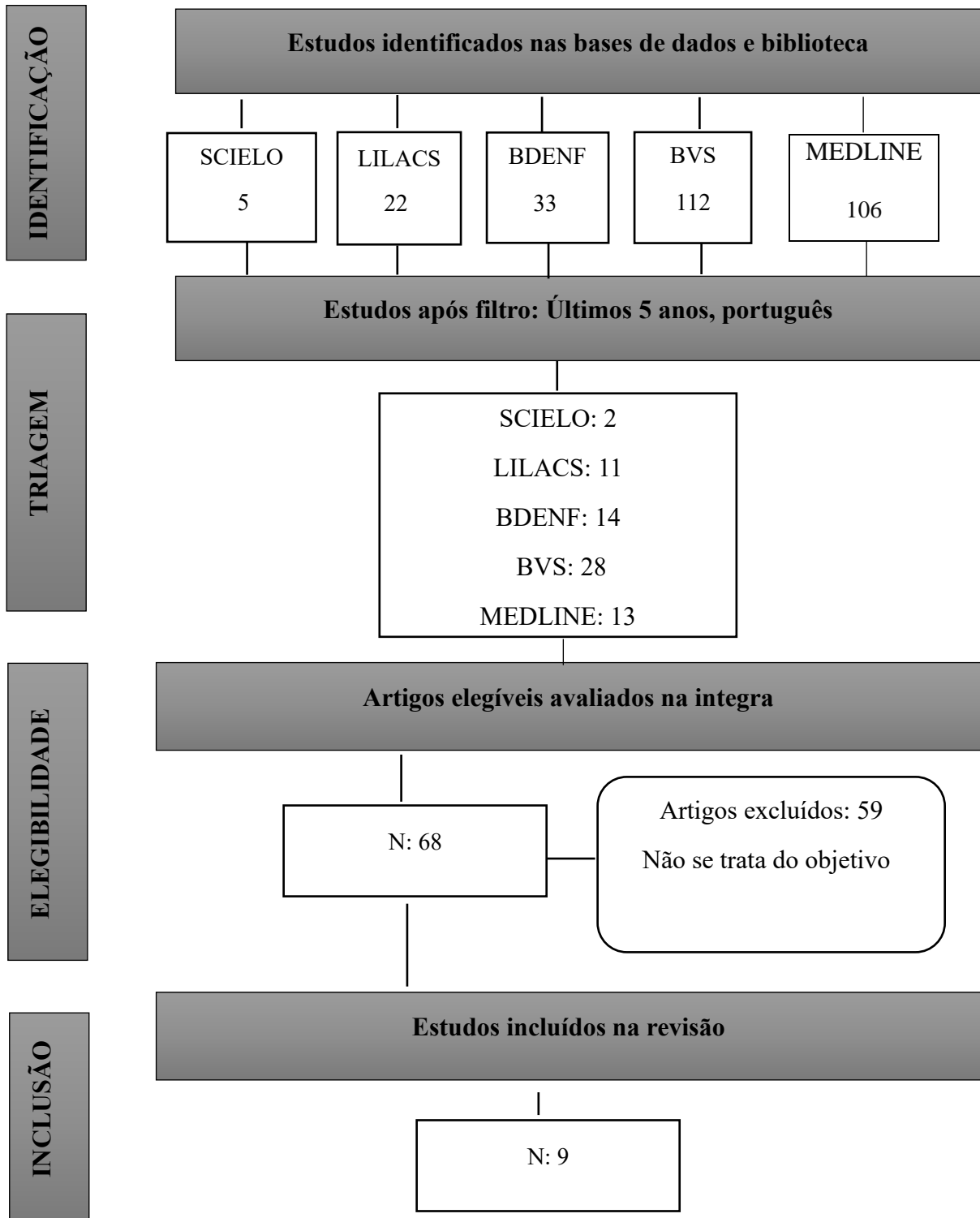
Os dados obtidos por meio da revisão integrativa da literatura, agrupados e serviram de base para a elaboração de um roteiro na construção do infográfico. O roteiro e as figuras planejados foi encaminhado a um designer gráfico com experiência em elaboração de figuras e diagramação de materiais educativos, após sumarizar os dados, a designer confeccionou o infográfico e se encontra no (apêndice A).

**QUADRO 2:** Levantamento de dados SCIELO, LILACS, MEDLINE, BDEF e BVS. Icó, Ceará, Brasil, 2024.

CRUZAMENTOS	SCIELO	LILACS	BDEF	BVS	MEDLINE
Úlcera varicosa AND autocuidado	2	10	12	60	59
Úlcera varicosa AND tecnologia	3	22	21	52	47
<b>TOTAL</b>	288				

Fonte: Dados da Pesquisa

ANEXO A: Levantamento de dados em Revisão Integrativa. Icó, Ceará, Brasil, 2024.



Fonte: adaptação do instrumento PRISMA (2009).

## 5 RESULTADOS

Para apresentação dos resultados dos trabalhos encontrados, que passaram pelos critérios de inclusão e exclusão, fundamentados pela temática “Construção de um infográfico para o autocuidado de pacientes com úlcera varicosa”, foram apresentados em 3 quadros. O quadro 3 e quadro 4 descrevem as características de publicação como código, título, autores e ano, base de dados, país de publicação, objetivo, delineamento do estudo e nível de evidências.

**QUADRO 3** - Características dos estudos selecionados, relativos à autoria, ano, título, bases de dados, Icó, Ceará, Brasil, 2024.

<b>Código</b>	<b>Título</b>	<b>Autor/ano</b>	<b>Base de dados</b>	<b>País de publicação</b>
A1	Análise de custo-efetividade do tratamento com terapia compressiva na cicatrização de úlceras venosas	SOBRÉ, S. L.S. <i>et al</i> , 2023.	SciELO	Brasil
A2	Construção e validação de tecnologia educacional para familiares de pessoas com úlcera venosa.	FERREIRA, S. L, <i>et al</i> , 2022.	Lilacs	Brasil
A3	Medidas de autocuidado para prevenção da recidiva de úlceras venosas: protocolo de revisão de escopo	MADEIRA, A. C. M; OLIVEIRA, L. S. N; BRANDÃO, E. S. 2023.	Lilacs	Brasil
A4	Cuidar de lesão crônica: saberes e práticas de pessoas com úlcera venosa.	VIEIRA, I. C. G; FRANZOI, M. A. H. 2021.	Lilacs	Brasil
A5	Processo cicatricial de úlceras venosas de difícil cicatrização em tratamento com bota de Unna	SOUSA, E. N. <i>et al</i> , 2022.	Lilacs	Brasil
A6	Tecnologia gerencial para o cuidado de pacientes com úlceras venosas	JOAQUIM; F. L; SILVINO, Z. R. 2019.	Bdenf	Brasil
A7	Fatores intervenientes no cuidado à pessoa com úlcera venosa sob a ótica de familiares	FERREIRA, S. L. <i>et al</i> , 2020.	Bvs	Brasil



A8	Avaliação dos Efeitos da Irradiação Ultrassônica de Baixa Frequência no Tratamento de Úlcera Venosa	PONTE, V. A. <i>et al</i> , 2019.	Bvs	Brasil
A9	Efetividade da biocelulose na cicatrização de úlceras venosas	NETTO, L. E; JACON, J, C, 2022.	Bvs	Brasil

Fonte: Dados da Pesquisa

Os principais objetivos dos estudos foram: buscar na literatura científica as tecnologias em saúde utilizadas para o autocuidado de paciente com úlcera varicosa, e descrever o processo de elaboração de um infográfico em ênfase nas medidas de autocuidado dos pacientes com úlcera varicosa.

**QUADRO 4** – Caracterização dos estudos selecionados relativos a Código de identificação do artigo, Objetivos, Tipo de estudo e Nível de evidência, Icó, Ceará, Brasil, 2024.

<b>Código</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Tipo de estudo</b>	<b>Nível de evidência</b>
A1	Analisar a custo-efetividade e calcular a razão de custo-efetividade incremental do tratamento compressivo multicamadas em relação ao inelástico (bota de Unna e curto estiramento) de acordo com a literatura atual.	Estudo quantitativo	4
A2	Construir e validar uma tecnologia educativa em forma de cartilha, voltada aos familiares de pessoas com úlceras venosas para auxiliá-los no cuidado.	Estudo Metodológico.	4
A3	Mapear as medidas de autocuidado para prevenção de recidiva de úlceras venosas nos diversos cenários de atenção à saúde.	Estudo Quantitativo.	3

A4	Descrever saberes e práticas realizadas por pessoas com úlcera venosa no cuidado da lesão.	Estudo descritivo, de abordagem qualitativa.	4
A5	Analisar o processo cicatricial de úlceras venosas tratadas com bota de Unna.	Estudo longitudinal.	4
A6	Desenvolvimento desta pesquisa utilizar-se da tecnologia gerencial, mas especificamente da tecnologia leve-dura para o aprimoramento do cuidado, revendo a abordagem cartesiana instaurada na assistência a este público.	Trata-se de estudo qualitativo, tipo metodológico.	2
A7	Identificar os saberes e as dificuldades encontradas por familiares, familiares no cuidado à pessoa com úlcera venosa no âmbito domiciliar	Estudo descritivo, de abordagem qualitativa.	3
A8	Avaliar os efeitos da irradiação ultrassônica de baixa frequência no tratamento de úlcera venosa.	Estatística descritiva.	4
A9	Avaliar o processo cicatricial de lesões por úlceras venosas a partir do uso da biocelulose, bem como o quadro de dor em pacientes com úlceras venosas, utilizando o instrumento Pressure Ulcer Scale for Healing (PUSH) e a Classificação dos Resultados de Enfermagem (NOC).	Estudo descritivo, exploratório, observacional, prospectivo, quantitativo.	4

Fonte: Dados da Pesquisa

**QUADRO 5** – Diz respeito a importância do infográfico para o autocuidado de pessoas com Úlcera Varicosa. Icó, Ceará, Brasil, 2024.

<b>Construção do infográfico</b>	<b>Estudos</b>	<b>Categoria</b>
Utilização de tratamento compressivo, como bota de Unna e curto estreitamento, bandagem elástica, bandagem multicamadas.	A1, A5.	Cuidados tópicos para o paciente UV.
Elaboração de metodologia educativa para auxiliar os familiares/ cuidadores	A2, A6	Cuidados sistêmicos para o paciente com UV.

de pessoas com UV em relação ao cuidado e qualificação da assistência.		
Autocuidado para prevenção de úlceras venosas, como o repouso, hidratação da pele, higiene e realização de curativos.	A3, A4,	Cuidados tópicos para o paciente com UV.
Atividade física, nutrição adequada, redução de peso e orientação familiar em relação ao cuidado.	A7.	Cuidados sistêmicos para o paciente com UV.
Efeitos do ultrassom de baixa frequência: surgimento de tecido de epitelização, redução de esfacelo, diminuição da úlcera, aumento de tecido de granulação, de tecido viável e redução da dor.	A8.	Cuidados tópicos ao paciente com UV.
Uso da escala de PUSH para avaliação do processo cicatricial de UV, avaliando o comprimento, largura da lesão, a quantidade de exsudato e tipo de tecido presente na ferida.	A9.	Cuidados tópicos ao paciente com UV.

Fonte: Dados da Pesquisa

As principais condutas encontradas para pessoas com úlcera varicosa, se dividem em cuidados tópicos e sistêmicos. Dessa forma, mediante a análise dos estudos foi possível a elaboração de duas categorias, são elas: Categoria 1: Orientações de cuidados tópicos para pessoas com UV e categoria 2: Orientações de cuidados sistêmicos para pessoas com UV.

## 6 DISCUSSÕES

### CATEGORIA 1 ORIENTAÇÕES DE CUIDADOS TÓPICOS PARA PESSOAS COM UV

A partir dos resultados encontrados sobre os cuidados tópicos, foi evidenciado a utilização de tratamento compressivo com bota unna, curto estreitamento, bandagem elástica, bandagem multicamadas. Avaliação dos efeitos do ultrassom de baixa frequência na evolução da lesão, como presença de tecido de epitelização, redução do esfacelo e do tamanho da úlcera, aumento do tecido de granulação e redução da dor. Além desses, há também a avaliação do processo cicatricial, mediante a escala de Pressure Ulcer Scale for Healing (PUSH), autocuidado para prevenção de úlceras venosas, como o repouso, hidratação da pele, higiene e realização de curativos (SODRÉ, *et al* 2023).

Uma das medidas de tratamento com o uso tópicos para UV de acordo com o estudo que ocorreu no Ambulatório de Feridas de um Hospital Universitário do interior do Paraná, utilizando um protocolo com dados clínicos em pacientes do gênero feminino avaliando processo de cicatricial com uso da bota unna. Esse tipo de curativo atua como auxiliar na terapia compressiva, proporciona o retorno venoso e pode ser usado diretamente na UV, mesmo se a lesão apresentar tecido de granulação. Dessa forma, devido a todos os benefícios gerados através do tratamento da lesão, ela se torna um dos principais métodos terapêuticos para o cuidado de pessoas com essa patologia (NOGUEIRA, *et al*, 2021).

Dessa forma, o uso da bota unna associada a troca de curativos correta contribui significativamente para a evolução positiva da lesão, tendo em vista que é a terapia compressiva que favorece o alívio da dor, melhora a estase venosa, levando a evolução na cicatrização.

De acordo com estudo elaborado por Velozo, Colenci e Abbade (2020), uma pesquisa realizada na Faculdade de Medicina de Botucatu, SP, Brasil, um relato de caso clinico de um paciente com UV pós-trombótica em membro inferior esquerdo (MIE) do gênero feminino com idade de 73 anos, evidenciou o uso da terapia compressiva multicamadas. Consiste em uma técnica não cirúrgica que se aplica ao tratamento de úlceras venosas de perna, mas pode ser restrita a úlceras extremamente exsudativas. A bandagem de compressão multicamada deve ser aplicada da base dos dedos dos pés até o joelho e deixada no local por quatro ou sete dias que estimula o processo de cicatrização.

A bandagem elástica é uma prática inovadora que tem sido utilizada no tratamento de pessoa com UV, visando estimular e fortalecer os músculos afetados. Atuando através da diminuição o diâmetro dos vasos sanguíneos, permitindo que as válvulas venosas aumentem o

seu distanciamento, minimizando o refluxo e aumentando a eficiência de seu mecanismo fisiológico. Além disso, aumenta a velocidade do fluxo venoso, o que favorece a reabsorção do líquido em excesso no interstício, resultando em melhorias na função da bomba muscular (PEREIRA; SILVA N; CURCIO, 2020).

Outra conduta importante é a realização do curativo que consiste primeiro na limpeza com soro fisiológico 0,9%, sabonete antisséptico com polihexanida- PHMB e uso de medicamentos tópicos. Podendo-se usar alginato de cálcio e gaze estéril, e como cobertura secundária a terapias compressivas com atadura. Deve-se realizar a higiene rigorosa, manter a ferida limpa e coberta com curativo para prevenir infecções, manter o curativo e a pele ao redor secos, manter a pele hidratada (MARTINS; ONOFRE; MARCONDES; 2021).

Além da realização do curativo, é necessário orientar a pessoa com UV sobre os sinais e sintomas de alerta para infecções, apresentando-se dor; odor, edema, dermatite e no leito da feridas se encontrar tecido de epitelização, presença de tecido de granulação vermelho vivo brilhante no leito da ferida que favorece o processo de cicatrização, como também pode ter necrose ou esfacelo, esse tipo de tecido deve ser removido pois pode causar o desenvolvimento de infecções. Dessa forma o paciente deve-se ser alertado ao aparecimento de alterações na pele como o escurecimento, inflamações, endurecimento da região, pele vermelha, sensação de queimação e sensibilidade ao toque. Sendo assim essas orientações são de suma importância pois permite que a pessoas com UV busque a assistência adequada (MARTINS, *et al*, 2021).

De acordo com Neto e Jacon (2022) um estudo descritivo, exploratório, observacional, realizado por três pacientes do gênero feminino, com idade de 55 anos, portadores de UV, atendidos UBS do interior paulista. A pesquisa foi realizada através da avaliação da escala de PUSH com objetivo de identificar e avaliar da cicatrização, a ser utilizada para verificar e avaliar o processo cicatricial de lesões crônicas como as UV. Esse tipo de escala permite avaliar três importantes parâmetros das lesões: área da ferida avaliando o comprimento e a largura, quantidade de exsudato, o tipo de tecido e aparência do leito da ferida. Recomenda-se a utilização de escalas validadas para acompanhar, avaliar e documentar a eficácia da assistência prestada, assim como a evolução da cicatrização e de outras características inerentes às UV.

A análise dos estudos abordados sobre os cuidados tópicos influenciam de forma positiva para os cuidados e tratamento da pessoa com UV. Pois, é fundamental realizar orientações para os familiares e cuidadores acerca dos procedimentos corretos quanto a troca de curativo, cobertura, tratamento, assepsia do leito da ferida, bem como, a higienização adequada do material utilizado, a fim de proporcionar a pessoa com UV maior segurança no lar.

Contudo, os cuidados para pessoa com UV é fundamental quando realizado por um profissional de saúde, pois o mesmo poderá elaborar, organizar e planejar os cuidados a serem realizados proporcionando uma qualidade e hábitos de vida melhor vida.

## CATEGORIA 2- ORIENTAÇÕES DE CUIDADOS SISTÊMICOS A PESSOA COM UV

Os principais cuidados sistêmicos foram: elaboração de metodologia educativa para auxiliar os familiares/ cuidadores de pessoas com UV em relação ao cuidado e qualificação da assistência. Além disso, a atividade física, nutrição adequada, diminuição do peso e orientação familiar e em relação ao controle de comorbidades (KAIZER; DOMINGUES; PAGANELLI, 2021).

É possível destacar a importância de auxiliar os familiares e as pessoas com a UV acerca da prevenção e autocuidado. Assim deve-se orientar aumentar a ingestão hídrica, e ingestão de alimentos saudáveis como frutas, verduras, legumes, sendo eles alimentos ricos em vitamina A, C ferro e zinco, evitar consumo de alimentos gorduroso e industrializados, práticas de exercícios físicos, como caminhada, redução de peso, repouso com elevação dos membros inferiores, assim facilita o retorno venoso e auxilia na cicatrização. (LIMA *et al*, 2023).

A pessoa com UV necessita-se de uma atenção maior na sua capacidade em cuidar de si, desempenhando atividades em benefício próprio e conseguir empenhar-se na continuação do cumprimento dessas atividades. Nessa concepção, o enfermeiro avalia a capacidade de autocuidado desse usuário. Um estudo qualitativo, realizado com 10 usuários atendidos no Programa de Assistência Complementar de um Ambulatório de Feridas de Canoas (RS). Sendo realizada no período de outubro a novembro 2016, por meio de informações contidas nos prontuários dos usuários e de entrevista semiestruturada. Esse estudo mostra a avaliação do enfermeiro sobre o déficit que os indivíduos possuem em realizar os cuidados diários, tanto como as trocas de curativos quanto ao seu estilo de vida. Desse modo, o profissional pode elaborar tecnologia educativa em saúde que influencie na autocuidado e na autonomia. (GARCIA, *et al*, 2018).

Um estudo transversal, quantitativo, com 105 pacientes com UV em um ambulatório da rede pública de Niterói/RJ. Destaca a presença de comorbidades como diabetes mellitus, hipertensão arterial sistêmica, obesidade, cardiovascular que favorecem o desenvolvimento de úlceras varicosas, que associadas a essas comorbidades retardam o processo de cicatrização, causando um impacto que afeta gravemente a qualidade de vida e a situação financeira do

indivíduo e de sua família, pois provocam afastamento do trabalho e dificuldades nas atividades diárias. (SERGIO; SILVEIRA; OLIVEIRA, 2021).

Para se ter um tratamento de sucesso para pessoas com UV, está associado com a motivação, apoio e promover o bem-estar através do estabelecimento de uma relação com uma abordagem empática. Pôr o outro lado, a não motivação para esse público influencia negativamente, assim causando, desconforto, desmotivação, depressão, ansiedade, sentimentos de desesperos, limitam essas pessoas do convívio social, dificulta a interação social e a baixa autoestima. Por isso a importância do manejo adequado deste tipo de lesão assim os realocando para a participação de sua vida social mostrando que a sua patologia não o impede de ter uma vida normal principalmente quando tem como apoio tanto do profissional quanto dos familiares, influenciando na qualidade de vida desses indivíduos.

## 7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através do presente estudo foi possível a elaboração de um infográfico para a orientação sobre o autocuidado de pessoas com UV. Através de buscas na literatura científica de estratégias que abordem tecnologia em saúde com ênfase em medidas de autocuidado para pessoas com UV. O objetivo final foi alcançado, a partir da elaboração e construção de um infográfico para o autocuidado de pessoas com UV. Além disso, também foi possível encontrar artigos que abordaram os benefícios que geram nos pacientes em realização aos cuidados de forma diária.

De acordo, com as várias evidências, evidenciadas da literatura, que visam melhorar o processo cicatricial da UV, tais como, a melhora da circulação sanguínea facilitando o retorno venoso, a diminuição da dor, o inchaço, a cicatrização mais rápida, prevenindo a proliferação de infecções na ferida, melhorando a coordenação motora, aumentando a disposição para realizar suas atividades diárias, obtendo uma melhora na sua qualidade de vida e independência.

No entanto, as evidências mostram que na busca dos artigos para elaboração dos resultados foram encontradas algumas limitações, porém não viabilizou o evento final de interesse, pois não haviam tantos artigos que abordassem sobre tecnologias em saúde para auxiliá-los. Além disso, observou-se que a existência de UV, podem gerar limitações e alterações significativas tais como, dor, perda de mobilidade funcional, aspectos Psicossocial, aumentando as restrições nas atividades de vida diária.

Portanto, o infográfico foi elaborado com o intuito de proporcionar informações importantes para a prática de autocuidado dos pacientes com UV e além disso, os enfermeiros e profissionais de saúde podem utilizar essa ferramenta para auxiliar nas orientações a esse público alvo. Com isso reduzindo as recidivas e as infecções, refletindo completamente no tempo de cicatrização levando à uma melhor qualidade de vida para pessoas com UV.



## REFERÊNCIAS

- ALVES, D. *et al.* Procedimentos de Curativos realizados em UBS: Revisão Literária com Ênfase no Tratamento de Úlceras Varicosas. **Rev de Extensão e Iniciação Científica da Unisociesc**, 2021. Disponível em: <https://reis.unisociesc.com.br/index.php/reis/article/view/307/306>. Acesso em : 20 de outubro de 2023.
- ALENCAR, G. S. A. *et al.* Lesão por Pressão na Unidade de Terapia Intensiva: Incidência e fatores de risco. **Rev. Nursing**. v. 2, n.239, p. 2124-2128. 2018. Disponível em : <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2023/04/907895/lesao-por-pressao-na-unidade-de-terapia-intensiva-incidencia-e- ITGYiH2.pdf> . Acesso em: 30 de outubro de 2023.
- BORGES, E.L. **Úlceras dos Membros Inferiores**. Rio de Janeiro, Guanabara Koogan, 2021.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Resolução, N° 466, de 12 de dezembro de 2012. Dispõe sobre diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 2012. Disponível em: [https://conselho.saude.gov.br/ultimas\\_noticias/2013/06\\_jun\\_14\\_publicada\\_resolucao.html](https://conselho.saude.gov.br/ultimas_noticias/2013/06_jun_14_publicada_resolucao.html) Acesso em: 30 de outubro de 2023.
- BULECHER, G. M; BUTCHER, K. H; DOCHTEMAN, J. M. NIC: **Classificações de Enfermagem**. 5. ed. Rio de Janeiro, Elsevier, 2010.
- CAMPOS, M. G. C. A. et al, **Feridas complexas e Estomias. Aspectos Preventivos e Manejo clínico**. João Pessoa ideia, 2016.
- CAVALCANTE, V. M. V. et al. Preparação Para o Cuidar de Crianças com Doenças Crônicas: a Prevenção dos Cuidados . **Rev. René**, Fortaleza, v.21,2020. Disponível em : [http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1517-38522020000100337&lng=pt&nrm=iso](http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-38522020000100337&lng=pt&nrm=iso) . Acesso em: 23 de outubro de 2023.
- COLOMBI, A. F. A; PRADO, T. N; BORGES, E. L. Guia Para a Assistência do Enfermeiro a Pessoa com Úlcera venosa na Atenção Primária à Saúde. 2022. Disponível em: [https://enfermagem.vitoria.ufes.br/sites/enfermagem.vitoria.ufes.br/files/field/anexo/2022\\_amanda\\_ferreira\\_de\\_almeida\\_colombi.pdf](https://enfermagem.vitoria.ufes.br/sites/enfermagem.vitoria.ufes.br/files/field/anexo/2022_amanda_ferreira_de_almeida_colombi.pdf) . Acesso em: 21 de março de 2024.
- DOAK, C. C; DOAK, L. G; ROOT, J. H. Teaching Patients with Low Literacy Skills. **American Journal of Nursing [Internet]**, v. 96, n. 12, 1996. Available from Disponível em: <http://www.hsph.harvard.edu/healthliteracy/resource/teaching-patients-with-low-literacy-skills/> . Cited 10 Feb. 2014. Acesso; 30 de outubro de 2023.
- ECHER, I. C. ELABORAÇÃO DE MANUAIS DE ORIENTAÇÃO PARA O CUIDADO EM SAÚDE. **Rev Latino**, Rio Grande do Sul, 2005 Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rlae/a/6ZJ3s4DtMzZvSJn4JbpD3WB/?format=pdf&lang=pt> . Acesso em: 30 de outubro de 2023.
- FONSECA, L. M. M. et al. **Cartilha educativa para orientação materna sobre os cuidados com o bebê prematuro**. Ver Latino-am Enfermagem, v. 12, n. 1, p. 65-75, 2004.

FERREIRA, S. L. et al. Construção e Validação de Tecnologia Educacional Para Familiares de Pessoas com Úlcera Venosa. Fortaleza, Ceará **Rev Bras Enferm**, v. 75, p. 2021-0555, 2022. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/reben/a/3k4C63hDLs5mGfwnwSnLnck/?format=pdf&lang=pt> .

Acesso em: 13 de maio de 2024.

FERREIRA, S. L. et al. Fatores intervenientes no cuidado à pessoa com úlcera venosa, sob a ótica de familiares. **Enfermagem em Foco**, v. 11, n. 1, 2020. Disponível em:

<http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/2428/701> . Acesso em: 13 maio de 2024.

HERDMAN.T. H; KAMITSURU. S; LOPES. C.T. **Enfermagem Diagnósticos Definições e Classificação 2021-2023**. 12 ed. Rio de janeiro, thieme, 2021.

GARCIA, A. B. et al. Percepção do Usuário no Autocuidado de Úlcera em Membros Inferiores. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 39, p. e2017-0095, 2018. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rgenf/a/vm8C9b7PHrpD6mYNBW53ykm/?format=pdf&lang=pt> .

Acesso em; 23 de março de 2024.

JOAQUIM, F. L. et al. Impacto das Ulceras Venosa na Qualidade de Vida dos Pacientes.. **Rev Bras Enferm**. P.2138-2147. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/reben/a/mvmdkzBNJXYQKGY7JM9ZWrk/?format=pdf&lang=pt> .

Acesso em: 23 de outubro de 2023.

JOAQUIM, F. L; SILVINO, Z. R. Tecnologia Gerencial Para o Cuidado de Pacientes com Úlceras Venosas. Rio de Janeiro, JoaquimFL, SilvinoZR.Tecnologia gerencial para o cuidado de pacientes...**Rev enferm UFPE on line**. 2019. Disponível em :

<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/240651/32661> . Acesso em

: 16 de abril de 2024.

KAIZER, O. U. A; ; DOMINGUES, E. A. R; PAGANELLI, A. B. T. S. Qualidade de Vida em Pessoas com Úlcera Venosa e as Características e Sintomas Associados à Ferida. **Estima–Brazilian Journal of Enterostomal Therapy**, v. 19, 2021. Disponível em:

<https://www.revistaestima.com.br/estima/article/view/968/381> . Acesso em; 5 de maio de

2024.

LIMA, M. K. S. *et al* . Assistência de Enfermagem à Pessoa com Úlcera Venosa: Relato de Caso. **Rev. Enfermagem Atual in Derme**, v. 97, n. 1, 2023. Disponível em :

<https://docs.bvsalud.org/biblioref/2023/05/1434650/assistencia-de-enfermagem-a-pessoa-com-ulcera-venosa-relato-de-caso.pdf> . Acesso em: 23 de março de 2024.

MADEIRA, A. C. M; OLIVEIRA, L. S. N; BRANDÃO, E. S. Medidas de Autocuidado Para Prevenção da Recidiva de Úlceras Venosas: Protocolo de Revisão de Escopo. Rio de Janeiro. **Rev On-line Brasileiro Biário de Enferm** p. 1-6 2022. Disponível em :

[https://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/6613/pdf\\_pt](https://www.objnursing.uff.br/index.php/nursing/article/view/6613/pdf_pt) . Acesso em 13 de maio de 2024.

MARTINS, A. L. M; ONOFRE, C. A. P; MARCONDES, L. H. M. O. Manual de Padronização de Curativos. São Paulo, v.1, e.1 2021. Disponível em:

[https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/04/1152129/manual\\_protocoloferidasmarco2021\\_digital.pdf](https://docs.bvsalud.org/biblioref/2021/04/1152129/manual_protocoloferidasmarco2021_digital.pdf). Acesso em: 22 de abril de 2024.

MARTINS, A.F.M., *et al.* Perfil epidemiológico de lesões cutâneas crônicas de pacientes internados. **Rev. Enferm. UFPE**. v.15, e.244519, 2021. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/244519/37700>. Acesso em: 22 de abril de 2024.

MELO, M. F. B. *et al.* Fisiopatologia Diagnostico e Tratamento do Linfedema: Revisão Narrativa. **Rev. Brazilian journal of Health Review**. v. 5, n. 4, p. 12464-12478, 2022. Disponível em : <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/50152> Acesso em: 30 de outubro de 2023.

MENEZES, E. O; CINTRA, B.B; FELIX, V.H.C Utilização da Oxigenoterapia Hiperbárica no Tratamento da Doença Vascular Periférica : Uma Revisão Sistemática. **Rev. Eletrônica Acervo Saúde** . V12, n. (11)p2178-2091. 20 nov de 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/5282>. Acesso em: 30 de outubro de 2023.

MENDES, K.S; SILVEIRA, R, C. C. P; GALVÃO, C. M. Uso de gerenciador de referências bibliográficas na seleção dos estudos primários em revisão integrativa. **Texto & Contexto Enfermagem** , v. 28 , Ribeirão preto SP, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/tce/a/HZD4WwnbqL8t7YZpdWSjypj/?format=pdf&lang=pt> Acesso em; 30 de outubro de 2023.

NASCIMENTO FILHO *et al.* Qualidade de Vida e autoestima de Pacientes com Úlcera Venosa. **Revista Nursing**, p. 5122-5127, 2021. Disponível em: <https://www.revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/1114/1317>. Acesso em: 23 de outubro de 2023.

NETTO, L. E; JACON, J. C. Efetividade da Biocelulose na Cicatrização de Úlceras Venosas. **CuidArte, Enferm**, p. 51-58, 2022. Disponível em : <https://docs.fundacaopadrealbino.com.br/media/documentos/1a25e2d17cf30e1c8ba1c33f38d0d55f.pdf> Acesso em : 23 de março de 2024.

NOGUEIRA, P. L. *et al.* Úlcera varicosa e o Uso da Bota de Unna: Estudo de Caso. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, v. 95, n. 33, 2021. Disponível em: <https://revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/765/843>. Acesso em: 11 de março de 2024.

POLIT, D. F.; BECK, C. T. **Fundamentos de pesquisa em enfermagem: avaliação de evidências para a prática da enfermagem**. 9ª Ed. Porto Alegre: Artmed, 2019.

PEREIRA, L. S; SILVA N. R; CURCIO, F.S. Tratamento de Feridas Varicosas em Membros Inferiores. **Rev Interdisciplinar de Trabalhos de Conclusão de Curso**. v. 5, n. 03, 2020. Disponível em: <http://multiplosacessos.com/ri/index.php/ri/article/view/107/100> Acesso em: 12 de abril de 2024.

PONTE, V. A. *et al.* Avaliação dos Efeitos da Irradiação Ultrassônica de Baixa Frequência no Tratamento de Úlcera Venosa. Rio de Janeiro, v. 11 p. 1219- 1225. **Rev fundam. care. online**

2019. Disponível em:

[https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/7405/pdf\\_1](https://seer.unirio.br/index.php/cuidadofundamental/article/view/7405/pdf_1). Acesso em; 14 de abril de 2024.

RIZZO, M. S; JACON, J.C. Qualidade de Vida, Autocuidado e Autoestima em Pacientes com Feridas Crônicas. **Cuid Enferm**, n.1, p. 19-25,2022. Disponível em:

<https://docs.fundacaopadrealbino.com.br/media/documentos/a84a4daab5683e159f350116192b983f.pdf>. Acesso em: 23 de outubro de 2023.

SALES, F.A.A.S et al. Úlceras Varicosas: Revisão Integrativa Acerca de Recomendações de Cuidado de Enfermagem. **Revista Nursing**, p. 7904-7910-2022. Disponível em:

<https://revistanursing.com.br/index.php/revistanursing/article/view/2542/3091>. Acesso em: 23 de outubro de 2023.

SANTOS, A.A.A et al. Tendência Temporal das Complicações do Pé Diabética e da Cobertura da Atenção Primária à Saúde nas Capitais Brasileiras, 2008-2018. **Rev Bras Med Fam Comunidade**. Rio de Janeiro, N. 44, p. 1-12, 2022. Disponível em:

<https://rbmfc.org.br/rbmfc/article/view/3420>. Acesso em: 23 de outubro de 2023.

SAVIOLI, A.A et al. **Cuidado à Pessoa com Ferida Cutânea: Manual de Orientações Quanto à Competência Técnico-científica, Ética e Legal dos Profissionais de Enfermagem**. 2.ed. Belo horizonte. Coren, 2023.

SCHAPER, N.C et al, **Diretrizes do IWGDF Sobre a Prevenção e o Tratamento de Pé Diabético**, Brasília .IWGDF Guidelines, 2020.

SERGIO, F. R; SILVEIRA I. A; OLIVEIRA, B.G. R. B. Avaliação Clínica Pacientes com Úlceras de Perna Acompanhados em Ambulatório. Rio de Janeiro - RJ - Brasil, 21 Julho 2020. Disponível em: <http://www.revenf.bvs.br/pdf/ean/v25n1/1414-8145-ean-25-1-e20200139.pdf> Acesso em: 27 de março de 2024.

SHARAPIN, M. et al. O desenvolvimento compartilhado como estratégia de educação em saúde junto a trabalhadores de escolas da rede pública do Estado do Rio de Janeiro. *Cad Saúde Pública*, v. 19. n. 2, p. 495-504, 2003.

SILVA, A. N.R; TORRES, E.R; ANDRADE, G.F.S. O Enfermeira Dermatoterapeuta no Tratamento de Pacientes com Úlcera Vasculogênica. 2020. Disponível em:

<https://periodicos.unifacex.com.br/humanoser/article/download/623/142> Acesso em: 30 de outubro de 2023.

SILVA, M. H. et al. Experiência de Pessoas Adultas e Idosas Frente à Adesão aos Cuidados com a Úlcera Varicosa. **Rev. Gaúcha de Enfermagem** P.1590-1983. Disponível em <https://www.scielo.br/j/rgenf/a/WBmgJmvm88c8wTtz7BSSHdQ/?lang=pt>. Acesso em: 30 de outubro de 2023.

SILVA, E. A. et al. Uma Revisão Abrangente de Abordagens Cirúrgicas e Não Cirúrgicas Para Tratamento de Feridas Crônicas: Estratégias Atuais e Inovações Emergentes.

**Rev CONTRIBUCIONES A LAS CIENCIAS SOCIALES**, v. 16, n. 9, p. 14899-14909, 2023. Disponível em:

<https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/2016/1319> Acesso em: 12 de abril de 2024.

SOBRÉ, S. L.S. et al. Análise de Custo-Efetividade do Tratamento Com Terapia Compressiva na Cicatrização de Úlceras Venosas. Rio de Janeiro **Rev. Latino-Am. Enfermagem** 2023.

Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/rlae/a/yVYn5FfSZ56vc9qdvV9G8Wh/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 20 de abril de 2024.

SOUSA, E. N. et al, Processo Cicatricial de Úlceras Venosas de Difícil Cicatrização em Tratamento com Bota de Unna. **Rev Rene**. 2022. Disponível em:

<http://www.revenf.bvs.br/pdf/rene/v23/1517-3852-rene-23-e72429.pdf> . Acesso em; 10 de abril de 2024.

TEIXEIRA, A. K.S. SILVA.L.F. SILVA .A.N.C. Validação do Conteúdo de um Instrumento Para Consulta de Enfermagem á Pessoa com Úlcera Venosa. São Paulo, v20, 2022.

Disponível em: <https://www.revistaestima.com.br/estima/article/view/1303/579>. Acesso em: 23 de outubro de 2023.

TROMBETTA, J; WEIHERMANN, A.M.C; ASCARI, R. A. impacto das Úlceras Venosas no Cotidiano de Homens e Mulheres; Um Olha Necessário. **Rev. Brazilian journal of Development**. v. 7, n.4, p40780-40796. 2021. Disponível em:

<https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/28583#:~:text=Entre%20os%20principais%20preju%C3%ADzos%20causados,prurido%20e%20priva%C3%A7%C3%A3o%20do%20sono> Acesso em : 30 de outubro de 2023.

VIEIRA, I.C.G; FRANZOL, M.A.H. Cuidar de Lesão Crônica: Saberes e Práticas de Pessoas com Úlcera Venosa. **Enferm Foco**, n.3, 2021. Disponível em :

<http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3515/1187> Acesso em: 23 de outubro de 2023.

VELOZO, B. C; COLENCI, R; ABBADE, L. P. F. Compressão Elástica Multicamadas Para Tratamento de Úlcera Venosa Com Evolução de 30 anos. SP, Brasil. P. 1-2. 2020. Disponível em : <https://www.anaisdedermatologia.org.br/pt-pdf-S2666275220300928> . Acesso em: 12 de abril de 2024.

VIEIRA, I. C. G; FRANZOI, M. A. H. Cuidar de lesão crônica: saberes e práticas de pessoas com úlcera venosa. **Enfermagem em Foco**, v. 12, n. 3, 2021. Disponível em:

<http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/3515/1187>. Acesso em: 8 de abril de 2024.

## **APÊNDICES**



# APÊNDICE A- INFOGRÁFICO PARA ORIENTAÇÕES DE AUTOCUIDADO PARA PESSOAS COM ÚLCERA VARICOSA

## Orientações de autocuidado para pessoas com ÚLCERA VENOSA

### O que é?

A úlcera venosa é um ferimento na perna ou no tornozelo causado por veias anormais ou danificadas que ocorrem devido à função venosa anormal.

**Dores**  
**Inchaço**  
**Cansaço nas pernas**

### Causas mais comuns:

- Coágulos sanguíneos
- Lesões
- Envelhecimento
- Obesidade.



### Curativos

#### 1 Preparação



Lave as mãos



Luvas para proteção

#### 2 Limpeza



Soro fisiológico  
Gazes  
0,9%



Irrigação à jato

#### 3 Secagem



Seque a pele ao redor

Bem devagar!  
Sem esfregar!  
Não precisa secar a ferida!

**Se a ferida for profunda: remova o excesso de soro suavemente, sem esfregar!**

### Compressão

Revertem a hipertensão venosa em nível das veias superficiais e aceleram o processo cicatricial.



Bota de Unna:

Aplique o produto recomendado pelo profissional da saúde!

### Repouso

Troque em casa a atadura ou gaze se a ferida estiver aberta



**Elevação** das pernas no nível mais alto que o coração



por **30** Minutos

de 3 a 4 vezes por dia

Lembre-se de tirar todas as dúvidas com o profissional de saúde!

## Alimentação saudável!

Dificultam a cicatrização:	Ajudam na cicatrização:
<p>Carnes bovinas gordurosas</p> <p>Alimentos industrializados</p> <p>Frutos do mar</p> <p>Doces</p>	<p>Frutas</p> <p>Verduras</p> <p>Legumes</p>



Evitar



Evitar

Não consumir bebidas alcoólicas e cigarro.



BEBA muita Água

Pratique exercícios físicos todos os dias

## ATENÇÃO!

Sempre procure os profissionais de saúde, principalmente para controlar:

- Diabetes mellitus
- Hipertensão arterial
- Dislipidemias (gordura no sangue)
- Redução do peso



## Sinais de Alerta e de complicações

- Vermelhidão na pele
- Inchaço, coceira e dor (na região da lesão)
- Sensação de queimação
- Aumento da temperatura ao redor da ferida

**No aparecimento desses sintomas, procure o profissional responsável por cuidar da sua ferida!**

### Referências

FAIRALL, L., BATEMAN, E. Health workers are vital to sustainable development goals and universal health coverage. *BMJ*, v. 356, j1357, 2017.

FERREIRA, S.L et al. Construção E Validação De Tecnologia Educacional Para Familiares De Pessoas Com Úlcera Venosa. *Rev Bras Enferm*, v. 75, n. 5, p.1- 8, 2022.

FERREIRA, S.L et al. Fatores intervenientes No cuidado à pessoa com úlcera venosa Sob ótica De Familiares. *Enferm Foco*, v.11, n1, p 38-43, 2020.

GARCIA, D. S. S., GARCIA, H. S. Objetivos de Desenvolvimento do Milênio e as novas perspectivas do desenvolvimento sustentável pela Organização das Nações Unidas. *Revista da Faculdade de Direito da UFRGS, Porto Alegre*, n. 35, vol. esp. p. 192-206, dez, 2016.

SOUSA, E. N. et al. Pessoas Cicatricial de úlceras venosas De Difícil Cicatrização Em Tratamento Com Bota Unna. *Rev Reve*, v.23, p1-10, 2022.

VIEIRA, I. C. G; FRANZOI, M.A.H. Cuidar De Lesão Crônica: Saberes e Praticas De Pessoas com Úlcera Venosa. *Enferm foco*, v.12, n.3, p. 454-460, 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Health in 2015: from MDGs, Millennium Development Goals to SDGs, Sustainable Development Goals [Internet]. France: WHO, 2015.

### Autoria

**Rayanne de Sousa Barbosa**  
Curso de Pós-Graduação em Enfermagem em Estomoterapia  
Universidade Regional do Cariri (URCA)

**Maria Milena Carlos Batista**  
Estudante de Iniciação Científica  
Centro Universitário Vale do Salgado (UNIVS)

**Sabrina Alaide Amorim Alves**  
Universidade Estadual do Ceará (UECE)

**Diagramação/Ilustração**  
Joanna de Freitas Rocha

### Apoio

