

# Mantendo a saúde da pele: ajudando a prevenir lesões cutâneas

Para referência Ousey K. Maintaining skin health: helping to prevent skin tears. WCET® Journal 2025;45(2):7.

DOI <https://doi.org/10.33235/wcet.45.2.7>

Bem-vindo ao editorial desta edição. Como Presidente do Painel Consultivo Internacional sobre Lesões Cutâneas (ISTAP), é com grande satisfação que partilho as minhas reflexões sobre lesões cutâneas. A pele pode ser danificada em qualquer ambiente de saúde ou cuidados domiciliares, por isso é essencial que os profissionais, cuidadores, pacientes e o público em geral estejam cientes de como proteger a pele e prevenir lesões cutâneas. O ISTAP visa aumentar a conscientização e fornecer recursos e atividades educativas gratuitas para melhorar e aprimorar o conhecimento e as competências nesta área especializada e frequentemente negligenciada de lesões cutâneas. As lesões cutâneas são feridas agudas que ocorrem em todas as faixas etárias, mas são geralmente mais comuns em idosos, são causadas por forças mecânicas, podem levar a dor, redução da mobilidade e deterioração da qualidade de vida. No entanto, as lesões cutâneas são frequentemente percebidas como "apenas uma lesão", o que leva à falta de dados precisos sobre incidência e prevalência a nível internacional. Strazzieri Pulido et al examinaram cinco estudos epidemiológicos, publicados entre 1990 e 2014, na sua revisão sistemática que destacou taxas de incidência variando entre 2% e 92% em instituições de cuidados de longa prazo.<sup>1</sup> Na Austrália, Miles et al incluíram 5801 pacientes num ambiente agudo explorando lesões cutâneas. Eles identificaram a prevalência de lesões cutâneas entre 7,9% e 10,8%, com estas representando entre 11,9% e 16,7% de todas as feridas adquiridas no hospital, sendo o maior grupo de feridas na coorte de cuidados a idosos.<sup>2</sup>

Abordagens padronizadas para a promoção da saúde da pele melhoram a prevenção de danos da pele e levam ao reconhecimento precoce de lesões cutâneas. A manutenção da saúde da pele é fundamental para prevenir danos cutâneos, o que deve incluir o uso de produtos compatíveis com a pele e com pH equilibrado, um limpador suave, água morna e emolientes preventivos - não deve ser utilizado sabão tradicional. Deve ser mantida uma nutrição e hidratação adequadas. Pode ser necessário completar uma análise com a Ferramenta de Rastreo Universal de Desnutrição (MUST) e mapear o balanço de fluidos. Estudos recomendam a aplicação de hidratante duas vezes ao dia para manter a integridade da pele, utilizando cremes em vez de loções, uma vez que os cremes fornecem humidade e ajudam a reter a humidade na superfície da pele.<sup>3</sup>

Deve ser considerada a utilização de vestuário de proteção adequado, como caneleiras, mangas compridas, calças compridas, bandagem de compressão ou malha elástica, para ajudar a prevenir danos. Devem ser adotadas técnicas seguras de movimentação e manuseio utilizando lençóis de transferência, com as famílias e cuidadores instruídos sobre estes procedimentos para evitar danos cutâneos inadvertidos. As famílias, os cuidadores e os pacientes devem manter as unhas curtas para evitar arranhões acidentais na pele.

A avaliação do ambiente é importante, com profissionais e famílias a assegurar que a casa é segura e livre de potenciais riscos para a pele, o que inclui remover móveis ou equipamentos potencialmente perigosos, como grades de cama e cadeiras de rodas, garantir que

há iluminação adequada em casa e incentivar o uso de calçado que se ajuste corretamente, pois calçado mal ajustado pode levar a escorregões e quedas.

A documentação precisa de todas as intervenções e educação prestadas às famílias e pacientes deve ser concluída de acordo com as políticas locais e de forma oportuna. Ao fornecer educação a pacientes e cuidadores, é da maior importância que você tenha confiança de que eles compreendem os conceitos. Você deve fornecer a informação verbalmente, permitir tempo suficiente para perguntas e disponibilizar informação escrita para apoiar a educação fornecida. Se a família/cuidadores/pacientes estiverem aptos, pode ser benéfico encaminhá-los para informações adicionais disponíveis online e/ou para o website da ISTAP. Para os profissionais de saúde, deve existir orientação local para a manutenção da integridade da pele e prevenção de lesões cutâneas, as quais devem ser rigorosamente seguidas. A ISTAP dispõe de uma variedade de ferramentas de avaliação validadas que podem ser incorporadas na prática clínica.

As lesões cutâneas são feridas agudas que podem afetar pessoas em todas as fases do ciclo de vida. A manutenção da integridade da pele é fundamental na prevenção de lesões cutâneas. Holloway et al. explicam ainda mais as causas, princípios e práticas do manejo de lesões cutâneas em seu artigo. A prevenção de lesões cutâneas é responsabilidade de todos os profissionais de saúde, cuidadores e pacientes, sendo a educação o elemento chave para alcançar este objetivo. A ISTAP existe para ajudar a melhorar a educação, competências e conhecimentos para todos. Por favor, não se esqueça de que a documentação é essencial - isso permite ter uma imagem clara e precisa de todas as intervenções, conselhos e educação que foram fornecidos. Por favor, junte-se à ISTAP se ainda não for membro, é gratuito e fornece acesso a recursos e educação.

Junte-se também à ISTAP e à WCET® para o nosso evento conjunto "Saúde da Pele e Lesões cutâneas: Fazendo a Coisa Certa". Uma Visão Compartilhada para a Prática Clínica Baseada em Evidências em celebração ao Dia Norma N Gill, 26 de junho de 2025.

É muito emocionante anunciar que a Organização Mundial da Saúde adotou uma resolução sentinela sobre doenças de pele intitulada "Doenças de Pele como uma Prioridade Global de Saúde Pública", que reconhece a importância de abordar os défices de cuidados em condições complexas de pele a nível global. Encorajo-vos a todos a rever e a agir sobre o próximo Plano Global de Ação para doenças de pele. (Ver p. 11).

Melhores Cumprimentos

Karen

## REFERÊNCIAS

1. Strazzieri-Pulido KC, Peres GR, Campanili TC et al (2017) Incidence of skin tears and risk factors: a systematic literature review. *Journal of Wound, Ostomy, and Continence Nursing*. 44, 1, 29-33. doi: 10.1097/WON.0000000000000288
2. Miles SJ, Fulbrook P, Williams DM. Skin tear prevalence in an Australian acute care hospital: A 10-year analysis. *Int Wound J*. 2022; 19(6): 1418-1427. doi:10.1111/iwj.13735
3. Carville K, Leslie G, Osseiran-Moisson R, Newall N, Lewin G. The effectiveness of a twice-daily skin-moisturising regimen for reducing the incidence of skin tears. *Int Wound J*. 2014 Aug;11(4):446-53. doi: 10.1111/iwj.12326. PMID: 25040325; PMCID: PMC7950547.

## Karen Ousey

PhD MA PGDE BA RN

Presidente da ISTAP

Professor Emérito de Integridade Cutânea, Universidade de Huddersfield, Reino Unido