REBESDE
REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, SAÚDE E DESEMPENHO
UniFatecie
ISSN: 2763-8421
Copyright: este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Atribuição Creative Commons License®, que permite o uso irrestrito, distribuição, e reprodução em qualquer meio, desde que o autor e fonte originais são creditados.

AVALIAÇÃO PODOLÓGICA EM IDOSOS: UM OLHAR PARA PREVENÇÃO E CUIDADO

PODIATRIC ASSESSMENT IN THE ELDERLY: A FOCUS ON PREVENTION AND CARE

Jakelline Braga dos Santos
Centro Universitário Unifatecie
0009-0006-7955-1949

Aline Lopes
Unicesumar
0000-0001-5771-4643

DOI: 10.33872/rebesde.v7n2.e061

CONTATO

Jakelline Braga dos Santos
jakelline.braga@fatecie.edu.br

RESUMO: O envelhecimento está associado a alterações dermatológicas, ungueais, musculoesqueléticas, sensitivas e vasculares nos pés, que podem comprometer a mobilidade, o equilíbrio e a independência funcional. Além disso, limitações físicas e a necessidade de apoio profissional dificultam o autocuidado, o que torna relevante a avaliação podológica como estratégia de prevenção e de educação em saúde. Diante disso, este estudo teve como objetivo avaliar as condições podológicas e os hábitos de autocuidado de idosos, identificando as principais alterações nos pés e os fatores que interferem nesses cuidados. Trata-se de um estudo transversal, quantitativo, com componente qualitativo exploratório, realizado com idosos com 60 anos ou mais do Instituto Maurício Gehlen, em Paranavaí/PR, por meio de questionário estruturado, checklist de avaliação podológica e entrevistas abertas, com análise por estatística descritiva e análise temática. Os resultados mostraram que 68,9% (n = 31) dos participantes relataram histórico de afecções nos pés, como onicocriptose, onicomicose, calosidades, tinea interdigital e heloma plantar. Quanto ao autocuidado, 44,4% (n = 20) afirmaram realizá-lo sempre e 13,3% (n = 6), frequentemente, enquanto

REBESDE
REVISTA BRASILEIRA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, SAÚDE E DESEMPENHO
UniFatecie
ISSN: 2763-8421
Copyright: este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Atribuição Creative Commons License®, que permite o uso irrestrito, distribuição, e reprodução em qualquer meio, desde que o autor e fonte originais são creditados.

35,6% (n = 16) o fazem às vezes e 6,7% (n = 3) nunca o fazem. Apenas 22,2% (n = 10) haviam consultado um podólogo, ao passo que 91,1% (n = 41) consideraram importante a consulta anual. Conclui-se que há elevada ocorrência de alterações podológicas e baixo acesso ao atendimento especializado, apesar do amplo reconhecimento de sua importância, o que reforça a necessidade de ações educativas, da avaliação podológica periódica e da atuação multiprofissional na promoção da saúde dos pés e da autonomia da pessoa idosa.

Palavras-chave: Podologia; Idoso; Autocuidado; Saúde dos pés; Prevenção.

ABSTRACT: Aging is associated with dermatological, nail, musculoskeletal, sensory and vascular changes in the feet, which may compromise mobility, balance and functional independence. In addition, physical limitations and the need for professional support hinder self-care, making podiatric assessment relevant as a strategy for prevention and health education. Therefore, this study aimed to evaluate the podiatric conditions and self-care habits of older adults, identifying the main foot changes and the factors that interfere with such care. This was a cross-sectional, quantitative study with an exploratory qualitative component, conducted with individuals aged 60 years or older at the Instituto Maurício Gehlen, in Paranavaí, Paraná, Brazil, using a structured questionnaire, a podiatric assessment checklist and open interviews, analyzed through descriptive statistics and thematic analysis. Results showed that 68.9% (n = 31) of participants reported a history of foot disorders, such as ingrown toenails, onychomycosis, calluses, interdigital tinea and plantar heloma. Regarding self-care, 44.4% (n = 20) reported always performing it and 13.3% (n = 6) frequently, while 35.6% (n = 16) did so sometimes and 6.7% (n = 3) never did. Only 22.2% (n = 10) had previously consulted a podiatrist, whereas 91.1% (n = 41) considered an annual consultation important. It is concluded that foot disorders are highly prevalent and access to specialized care is low, despite wide recognition of its importance, reinforcing the need for educational actions, periodic podiatric assessment and multiprofessional care to promote foot health and the autonomy of older adults.

Keywords: Podiatry; Aged; Self-care; Foot health. Prevention**.**

INTRODUÇÃO

O envelhecimento está associado a alterações fisiológicas e funcionais que podem repercutir sobre diferentes sistemas do organismo, incluindo a pele, as unhas, as estruturas musculoesqueléticas, a sensibilidade e a circulação dos membros inferiores. Nesse contexto, a saúde dos pés assume importância particular, uma vez que alterações podológicas podem interferir na mobilidade, no equilíbrio, na realização das atividades de vida diária e na independência funcional da população idosa. Entre as alterações frequentemente observadas estão xerose, edema, alterações ungueais, deformidades, calosidades, infecções fúngicas, dor e alterações neurológicas e vasculares (STOLT et al., 2012; VERNON; BORTHWICK; WALKER, 2011).

Além da presença de alterações clínicas, o envelhecimento pode dificultar a realização do autocuidado dos pés. Limitações físicas, alterações na mobilidade, dificuldades para alcançar ou manipular os pés, mudanças na estrutura das unhas e necessidade de auxílio profissional podem comprometer a realização adequada de práticas como higienização, secagem, cuidados com a pele e unhas e utilização de calçados apropriados. Miikkola et al. (2019) demonstraram que, embora os idosos reconheçam a importância dos cuidados com os pés, essas práticas nem sempre são incorporadas de maneira sistemática à rotina.

A atenção à saúde podal também apresenta relação com aspectos funcionais relevantes para a população idosa. Alterações na força muscular dos pés, na função dos dedos e na adequação dos calçados podem estar associadas a prejuízos no desempenho físico e ao risco de desequilíbrios e quedas, reforçando a necessidade de uma avaliação que considere não apenas alterações locais, mas também suas possíveis repercussões sobre a funcionalidade e a autonomia (WHITE et al., 2024). Dessa forma, a avaliação podológica pode constituir importante ferramenta para a identificação precoce de alterações, orientação de práticas de autocuidado e encaminhamento para acompanhamento multiprofissional quando necessário.

Nesse cenário, a podologia apresenta atuação relevante na prevenção e no cuidado integral dos pés da pessoa idosa, contribuindo para a identificação de alterações dermatológicas, ungueais e estruturais, bem como para a orientação individualizada de medidas de autocuidado. A educação em saúde também constitui estratégia importante para ampliar conhecimentos e favorecer comportamentos relacionados à manutenção da saúde dos pés, especialmente quando

são consideradas as limitações e necessidades individuais dessa população (AHMAD SHARONI et al., 2016; MARQUES et al., 2019).

Diante disso, torna-se relevante investigar as condições podológicas e os hábitos de autocuidado entre idosos, considerando as alterações encontradas e as dificuldades enfrentadas para a manutenção da saúde dos pés. Assim, este estudo teve como objetivo avaliar as condições podológicas e os hábitos de autocuidado de indivíduos idosos, identificando as principais alterações presentes nos pés e os fatores que podem interferir na realização desses cuidados. A investigação busca contribuir para o fortalecimento de estratégias preventivas e educativas voltadas à promoção da saúde dos pés, à manutenção da mobilidade e à preservação da autonomia e da qualidade de vida dessa população.

METODOLOGIA

Foi realizado um estudo transversal, de abordagem quantitativa, com componente qualitativo exploratório, desenvolvido com indivíduos de ambos os sexos, com idade igual ou superior a 60 anos, participantes do Instituto Maurício Gehlen. A pesquisa contou com 46 participantes, selecionados de acordo com os critérios de elegibilidade estabelecidos. Foram incluídos homens e mulheres com 60 anos ou mais que concordaram voluntariamente em participar do estudo e assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Foram excluídos indivíduos que apresentavam incapacidade cognitiva que impossibilitasse a compreensão das perguntas e a participação na pesquisa, quando não havia acompanhante ou responsável legal habilitado para autorizar sua participação.

A coleta de dados foi realizada por meio da aplicação de um questionário estruturado, elaborado pelos pesquisadores, e de uma avaliação podológica. O questionário contemplou informações relacionadas ao histórico de patologias e alterações podológicas, queixas ou situações adversas envolvendo os pés e hábitos de autocuidado. A avaliação podológica foi realizada mediante utilização de um checklist elaborado para investigação e registro de sinais e alterações clínicas observados nos pés dos participantes. Foram investigadas alterações relacionadas à pele, às unhas e às estruturas dos pés, além de aspectos relacionados aos hábitos de higiene e autocuidado.

Como complemento à abordagem quantitativa, foram realizadas entrevistas abertas com parte dos participantes, com o objetivo de aprofundar a compreensão sobre fatores relacionados aos hábitos de autocuidado e às dificuldades encontradas na manutenção da saúde dos pés. Os dados quantitativos foram organizados e analisados por meio de estatística descritiva, considerando-se as frequências absolutas e relativas das principais características e alterações podológicas identificadas nos 46 participantes. Os dados qualitativos provenientes das entrevistas foram submetidos à análise temática, mediante leitura das respostas, identificação das unidades de significado, codificação e agrupamento dos conteúdos em categorias temáticas relacionadas às barreiras físicas, barreiras logísticas e fatores comportamentais, crenças e conhecimentos relacionados ao autocuidado com os pés.

A pesquisa foi conduzida de acordo com os princípios éticos aplicáveis às pesquisas envolvendo seres humanos, sendo assegurados aos participantes o caráter voluntário da participação, o esclarecimento acerca dos objetivos e procedimentos do estudo, bem como a confidencialidade das informações obtidas. Todos os participantes foram informados sobre a pesquisa e formalizaram sua participação mediante assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A saúde dos pés constitui um componente relevante da saúde global e da manutenção da funcionalidade na população idosa. O processo de envelhecimento está associado a alterações estruturais, musculoesqueléticas, dermatológicas, vasculares e neurológicas que podem comprometer a mobilidade, a realização das atividades de vida diária e a independência funcional. Nesse contexto, problemas podológicos são frequentes entre pessoas idosas e podem assumir diferentes apresentações, incluindo alterações ungueais, pele ressecada, edema, deformidades, calosidades, infecções fúngicas, neuropatias, alterações vasculares e dor. Stolt et al. (2012) destacaram que aproximadamente um terço dos idosos residentes na comunidade apresenta pelo menos um problema relacionado aos pés, sendo essa ocorrência ainda maior em ambientes institucionais e clínicos. Os autores identificaram, entre os problemas mais prevalentes, edema, pele seca, unhas espessadas e descoloridas e hálux valgo, além de evidenciarem dificuldades de parte dos idosos para realizar adequadamente o autocuidado dos pés.

A análise dos 45 formulários aplicados revelou um panorama expressivo sobre as condições de saúde dos pés e os hábitos de cuidado da população estudada ($N = 45$). Identificou-se uma expressiva prevalência de patologias e desconfortos podológicos, uma vez que 68,9% dos entrevistados ($n = 31$) relataram histórico prévio de afecções nos pés, entre as quais se destacam quadros de onicocriptose, onicomicose, calosidades (calose), *tinea interdigital* e heloma plantar. Em contrapartida, apenas 31,1% ($n = 14$) declararam nunca ter apresentado lesões ou complicações nessa região.

Tabela 1. Caracterização sociodemográfica e de saúde dos participantes. Percentuais calculados sobre 45 formulários.

Indicador	**Categoria**	**n**	**% (N=45)**
Faixa etária	60–69 anos	22	48,9
	70–79 anos	19	42,2
	80 anos ou mais	4	8,9
Sexo	Feminino	30	66,7
	Masculino	15	33,3
Escolaridade	Sem escolaridade	1	2,2
	Ensino fundamental	20	44,4
	Ensino médio	17	37,8
	Ensino superior	7	15,6
Renda mensal	Até 1 salário mínimo	24	53,3
	De 1 a 2 salários mínimos	10	22,2
	Acima de 2 salários mínimos	10	22,2

	Não informou	1	2,2
Doença diagnosticada	Sim	38	84,4
	Não	7	15,6
Uso contínuo de medicamentos	Sim	39	86,7
	Não	6	13,3

Fonte: dados do estudo.

Com relação as caracteristicas de saúde destes pacientes, majoritiariamente eles apresentavam comorbidades pré existentes.

Quanto à rotina de autocuidado, observou-se que 44,4% ($n = 20$) mantêm cuidados de forma contínua ("Sempre") e 13,3% ($n = 6$) o fazem "Frequentemente", enquanto 35,6% ($n = 16$) cuidam dos pés apenas pontualmente ("Às vezes") e 6,7% ($n = 3$) afirmaram nunca adotar medidas preventivas ou de higiene específica.

Embora o índice de acometimentos podológicos seja elevado, o acompanhamento especializado por profissionais de Podologia ainda se mostra incipiente na amostra investigada. Apenas 22,2% dos idosos ($n = 10$) relataram consulta prévia com um podólogo, em contraste com a expressiva maioria de 77,8% ($n = 35$) que jamais buscou esse tipo de atendimento especializado. Por outro lado, 28,9% dos participantes ($n = 13$) reportaram ter recorrido a outros profissionais da saúde para tratar afecções nos pés.

Dentre esse grupo que buscou assistência multiprofissional, a medicina destacou-se como a principal via de acesso (61,5%; $n = 8$), seguida por outros profissionais da saúde (23,1%; $n = 3$), fisioterapeutas (15,4%; $n = 2$) e enfermeiros (7,7%; $n = 1$).

A despeito da baixa procura efetiva pelo atendimento podológico, evidenciou-se um amplo reconhecimento sobre a relevância da especialidade: 91,1% dos inquiridos ($n = 41$) consideram indispensável que o idoso consulte o podólogo ao menos uma vez ao ano, sinalizando uma

lacuna expressiva entre a percepção da importância da prevenção e o acesso real às consultas podológicas.

Tabela 2. Histórico autorreferido e práticas de autocuidado. Percentuais calculados sobre 45 formulários.

Pergunta/indicador	**Categoria**	**n**	**%**
Histórico de problemas nos pés	Sim	31	68,9
	Não	14	31,1
Frequência do autocuidado	Sempre	20	44,4
	Frequentemente	6	13,3
	Às vezes	16	35,6
	Nunca	3	6,7
Consulta prévia com podólogo	Sim	10	22,2
	Não	35	77,8
Tratou os pés com outro profissional	Sim	13	28,9
	Não	32	71,1
Considera importante consulta anual	Sim	41	91,1
	Não	4	8,9

Fonte: dados do estudo.

Quanto à rotina de autocuidado, observou-se que 44,4% ($n = 20$) mantêm cuidados de forma contínua ("Sempre") e 13,3% ($n = 6$) o fazem "Frequentemente", enquanto 35,6% ($n = 16$)

cuidam dos pés apenas pontualmente ("Às vezes") e 6,7% ($n = 3$) afirmaram nunca adotar medidas preventivas ou de higiene específica.

Embora o índice de acometimentos podológicos seja elevado, o acompanhamento especializado por profissionais de Podologia ainda se mostra incipiente na amostra investigada. Apenas 22,2% dos idosos ($n = 10$) relataram consulta prévia com um podólogo, em contraste com a expressiva maioria de 77,8% ($n = 35$) que jamais buscou esse tipo de atendimento especializado. Por outro lado, 28,9% dos participantes ($n = 13$) reportaram ter recorrido a outros profissionais da saúde para tratar afecções nos pés.

Dentre esse grupo que buscou assistência multiprofissional, a medicina destacou-se como a principal via de acesso (61,5%; $n = 8$), seguida por outros profissionais da saúde (23,1%; $n = 3$), fisioterapeutas (15,4%; $n = 2$) e enfermeiros (7,7%; $n = 1$).

A despeito da baixa procura efetiva pelo atendimento podológico, evidenciou-se um amplo reconhecimento sobre a relevância da especialidade: 91,1% dos inquiridos ($n = 41$) consideram indispensável que o idoso consulte o podólogo ao menos uma vez ao ano, sinalizando uma lacuna expressiva entre a percepção da importância da prevenção e o acesso real às consultas podológicas.

CONCLUSÃO

Os resultados obtidos permitem responder de modo afirmativo à hipótese que motivou o estudo, segundo a qual idosos apresentam elevada ocorrência de alterações podológicas, mas ainda têm acesso limitado ao acompanhamento especializado e mantêm o autocuidado dos pés de forma irregular. O objetivo de avaliar as condições podológicas e os hábitos de autocuidado foi alcançado: mais de dois terços dos participantes relataram histórico de afecções nos pés, cerca de 40% realizam os cuidados apenas de forma pontual ou não os realizam, e somente 22,2% já haviam consultado um podólogo. Por outro lado, 91,1% reconhecem a importância da consulta anual, o que evidencia uma lacuna entre a percepção da importância da prevenção e o acesso efetivo ao atendimento podológico.

Verificou-se ainda que, entre os idosos que buscaram outros profissionais de saúde para tratar problemas nos pés, a medicina foi a principal via de acesso, o que indica que o podólogo ainda

não é visto como referência no cuidado dos pés. Esse achado reforça a necessidade de integrar a podologia à rede de atenção à saúde da pessoa idosa, por meio de encaminhamentos e de trabalho multiprofissional.

Como contribuição reflexiva, os autores consideram que a saúde dos pés ainda é tratada como um cuidado secundário, embora influencie diretamente a mobilidade, a autonomia e a qualidade de vida. Nesse sentido, ações educativas acessíveis, a avaliação podológica periódica e a ampliação do acesso aos serviços de podologia, especialmente para idosos de menor renda e escolaridade, são caminhos promissores. Sugere-se que estudos futuros, com amostras maiores e acompanhamento longitudinal, avaliem o impacto de intervenções educativas sobre o autocuidado e sobre a prevenção de complicações nessa população.

REFERÊNCIAS

AHMAD SHARONI, S. K.; MINHAT, H. S.; MOHD ZULKEFLI, N. A.; BAHAROM, A. Health education programmes to improve foot self-care practices and foot problems among older people with diabetes: a systematic review. *International Journal of Older People Nursing*, v. 11, n. 3, p. 214-239, 2016. DOI: 10.1111/opn.12112.

ÇATIKER, A.; ZINCIR, H.; SEVIĞ, E. Ü. The effect of foot care protocol applied to older people on foot health problems and foot care behaviours: a randomised controlled trial in a nursing home. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, v. 35, n. 4, p. 1278-1289, 2021. DOI: 10.1111/scs.12949.

MARQUES, M. B.; COUTINHO, J. F. V.; MARTINS, M. C.; LOPES, M. V. O.; MAIA, J. C.; SILVA, M. J. da. Intervenção educativa para a promoção do autocuidado de idosos com diabetes mellitus. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 53, e03517, 2019. DOI: 10.1590/S1980-220X2018026703517.

MIIKKOLA, M.; LANTTA, T.; SUHONEN, R.; STOLT, M. Challenges of foot self-care in older people: a qualitative focus-group study. *Journal of Foot and Ankle Research*, v. 12, art. 5, 2019. DOI: 10.1186/s13047-019-0315-4.

STOLT, M.; SUHONEN, R.; PUUKKA, P.; VIITANEN, M.; VOUTILAINEN, P.; LEINO-KILPI, H. Foot health and self-care activities of older people in home care. *Journal of Clinical Nursing*, v. 21, n. 21-22, p. 3082-3095, 2012. DOI: 10.1111/j.1365-2702.2012.04223.x.

VERNON, W.; BORTHWICK, A.; WALKER, J. The management of foot problems in the older person through podiatry services. *Reviews in Clinical Gerontology*, v. 21, n. 4, p. 331-339, 2011. DOI: 10.1017/S0959259811000098.

WHITE, J.; MAIER, A. B.; IACOBACCIO, L.; ISELI, R. Foot problems in older adults presenting to a falls and balance clinic. *Gerontology*, v. 70, n. 7, p. 732-740, 2024. DOI: 10.1159/000539160.

Recebido em: 13/10/2026

Aprovado em: 20/10/2026

COMO CITAR ESTE ARTIGO:

SANTOS, J. B.; LOPES, A. Avaliação podológica em idosos: um olhar para prevenção e cuidado. **REBESDE**, v. 07, n. 02, p. 1-11, 2026.