BMJ Best Practice

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Mar 17, 2023

Úlceras da perna

As úlceras de perna podem ser dolorosas e, às vezes, levam muito tempo para cicatrizar. Mas, com o tratamento, quase todas as úlceras acabam melhorando.

Você pode usar nossas informações para conversar com seu médico e decidir quais tratamentos são adequados para você.

O que são úlceras de perna?

Uma úlcera na perna é uma ferida com pele rompida na parte inferior da perna que não cicatriza. As úlceras de perna às vezes começam depois que uma batida ou pancada rompe a pele da parte inferior da perna. Uma ferida pode se transformar em uma úlcera na perna se não cicatrizar.

É mais provável que você tenha úlceras nas pernas se tiver uma doença chamada **insuficiência venosa crônica**. Isso significa que há problemas com as veias da parte inferior das pernas. As úlceras que podem ser causadas por essa condição são chamadas de úlceras venosas de perna.

É mais provável que você tenha essa condição se já teve **trombose venosa profunda** (um coágulo de sangue em uma veia da perna).

Essas informações são para pessoas que têm úlceras venosas nas pernas. Não cobre pessoas com diabetes que têm úlceras no pé diabético.

Quais são os sintomas?

As úlceras de perna são feridas rasas e úmidas em que a pele é rompida. Geralmente são vermelhas ou amareladas. Eles podem ser de qualquer tamanho e alguns até se estendem por toda a perna. Eles ficam menores à medida que se curam.

Se houver tecido áspero e irregular na úlcera, isso geralmente é uma boa notícia. Isso mostra que a úlcera está cicatrizando.

Quais tratamentos funcionam?

Além dos tratamentos que ajudam a curar as úlceras, há tratamentos que podem ajudar a preveni-las se o médico achar que você tem alto risco de contraí-las. Há também coisas que você mesmo pode fazer para ajudar a evitá-los.

© BMJ Publishing Group Limited 2025. Todos os direitos reservados.

Coisas que você mesmo pode fazer

Se você tiver insuficiência venosa crônica, o excesso de sangue pode, às vezes, se acumular na parte inferior das pernas quando você não estiver se movimentando. Isso pode causar inchaço e aumentar a probabilidade de úlceras.

Para diminuir a probabilidade de isso acontecer, os médicos geralmente recomendam que você coloque **os pés para cima** sempre que se sentar. Também é uma boa ideia elevar um pouco o pé da cama.

A prática regular **de exercícios físicos** e uma **dieta balanceada** também podem ajudar a manter a circulação funcionando da melhor forma possível.

O tabagismo pode afetar a capacidade de cura do corpo e causar problemas nos vasos sanguíneos. Portanto, se você fuma, é melhor parar.

Se você estiver **acima do peso**, perder peso pode reduzir a chance de ter úlceras nas pernas. Se quiser ajuda para parar de fumar ou perder peso, seu médico pode ajudar.

Tente evitar bater ou arranhar suas pernas. A ruptura da pele pode aumentar a probabilidade de uma úlcera.

Tratamentos para prevenir úlceras nas pernas

Se você já teve uma úlcera, o uso de **meias de compressão** pode ajudar a evitar que você tenha outra. São meias médicas especiais que vão até o joelho. Elas comprimem a parte inferior das pernas, dificultando a acumulação de sangue e o inchaço.

É muito importante que você siga as instruções do seu médico ou enfermeiro sobre como e quando usá-los. Para que eles funcionem adequadamente, você precisará usá-los o tempo todo, exceto quando estiver na cama.

O motivo mais comum para as úlceras não melhorarem é o fato de as pessoas não usarem suficientemente as meias de compressão.

Cremes hidratantes simples podem ajudar a evitar a ruptura da pele, mantendo-a úmida e impedindo o ressecamento. O produto é aplicado na pele intacta, não na ferida em si. Você deve conversar com seu médico primeiro sobre o que usar e como usar.

Tratamentos para ajudar na cicatrização de úlceras de perna

Os médicos geralmente recomendam que as úlceras de perna sejam enfaixadas com firmeza e que esses curativos sejam trocados regularmente.

Um medicamento chamado **pentoxifilina** pode ajudar na cicatrização da úlcera. Ele funciona ajudando a manter as veias das pernas abertas o suficiente para que o sangue possa fluir adequadamente por elas.

Esse é o primeiro tratamento medicamentoso oferecido à maioria das pessoas com úlceras venosas nas pernas. Você também precisará continuar usando os curativos.

© BMJ Publishing Group Limited 2025. Todos os direitos reservados.

Você toma pentoxifilina em comprimidos. Embora possa ajudar na cura, pode causar efeitos colaterais em algumas pessoas, incluindo náusea, diarreia e indigestão.

Medicamentos chamados **frações de flavonóides purificados micronizados (MPFFs)** podem ajudar na cicatrização de úlceras de perna. Eles tendem a ser usados em pessoas que têm úlceras grandes que não cicatrizam com outros tratamentos. Esses medicamentos não estão disponíveis em alguns países, inclusive no Reino Unido.

É importante manter sua úlcera limpa. A água morna da torneira geralmente é suficiente para remover qualquer pus ou tecido morto. Mas, às vezes, os médicos e enfermeiros usam outros tratamentos. Eles podem raspar suavemente o tecido morto com um bisturi ou usar um produto químico para lavá-lo.

Além do tratamento de compressão, o médico pode sugerir tratamentos para as veias da perna para ajudar a curar a úlcera. Isso pode incluir:

- remover cirurgicamente as veias que estão causando problemas
- tratamento a laser para selar as veias (chamado tratamento endovenoso a laser)
- injeção de espuma especial nas veias (escleroterapia com espuma).

O que vai acontecer comigo?

É quase certo que a úlcera acabará cicatrizando se você seguir as orientações de tratamento do seu médico. Se o tratamento for bem-sucedido, a úlcera deverá cicatrizar em menos de três meses. Mas, às vezes, leva muito mais tempo. Algumas úlceras precisam de até um ano para cicatrizar.

Algumas pessoas se preocupam com o fato de que, assim como os problemas nos pés às vezes causados pelo diabetes, as úlceras de perna podem levar à amputação de parte da perna. Isso não é verdade. As úlceras de perna causadas por insuficiência venosa crônica não levam a amputações.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com . Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information . A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

© BMJ Publishing Group Limited 2025. Todos os direitos reservados.