

# Equilíbrio da Ferida simplificado

## Resumo

Implementar o Equilíbrio da Ferida numa fase inicial através de intervenções baseadas em evidências, como os pensos SAP, é um objetivo alcançável nos cuidados de rotina para melhorar a cicatrização, reduzir o tempo do profissional de saúde e reduzir os custos devido à redução do uso de pensos. Recomendado pelos especialistas da WUWHs

[Figura 9], o conceito de Equilíbrio da Ferida auxilia os profissionais de saúde a alinhar os objetivos dos doentes com as necessidades clínicas (por exemplo, redução do tecido necrótico, da biocarga e/ou da inflamação) e demonstrou melhorar os resultados dos doentes em todas as etiologias de feridas e em todos os contextos clínicos (WUWHs, 2025).



Figura 9: Benefícios da implementação do Equilíbrio da Ferida (WUWHs, 2025).

Este recurso conta com o apoio da HARTMANN.



© Wounds International 2025  
Disponível em: [www.woundsinternational.com](http://www.woundsinternational.com)

## Referências

- Ahmajärvi K, Isoherranen K, Venermo M (2022) Cohort study of diagnostic delay in the clinical pathway of patients with chronic wounds in the primary care setting. *BMJ Open* 12(11): e062673
- Guest JF, Fuller GW, Vowden P (2020) Cohort study evaluating the burden of wounds to the UK's National Health Service in 2017/2018: update from 2012/2013. *BMJ Open* 10: e045253
- Lumbers M (2019) TIMERS: undertaking wound assessment in the community. *Br J Community Nurs* 24(Supl. 12): S22-5
- National Library of Medicine (2025) Wound Assessment. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29489199/> (acedido em 20/06/2025)
- Olsson M, Järbrink K, Divakar U et al (2019) The humanistic and economic burden of chronic wounds: a systematic review. *Wound Repair Regen* 27(1): 114-125
- Queen D, Harding K (2023) What's the true costs of wounds faced by different healthcare systems around the world? *Int Wound J* 20(10): 3935-38
- Sen CK (2023) Human Wound and Its Burden: Updated 2022 Compendium of Estimates. *Adv Wound Care* 12: 657-70
- Wounds International (2023) Wound Balance: achieving wound healing with confidence. Wounds International, Londres. Disponível para download em [www.woundsinternational.com](http://www.woundsinternational.com)
- World Union of Wound Healing Societies (2025) Implementing Wound Balance: Outcomes and future recommendations. Londres: Wounds International. Disponível em: [www.woundsinternational.com](http://www.woundsinternational.com)
- Zhu X, Olsson MM, Bajpai R (2022) Health-related quality of life and chronic wound characteristics among patients with chronic wounds treated in primary care: A cross-sectional study in Singapore. *Int Wound J* 19(5): 1121-32



WOUNDS | INTERNATIONAL

# Equilíbrio da Ferida simplificado

WOUNDS | INTERNATIONAL

© Wounds International | August 2025 www.woundsinternational.com

## Introdução

Existe uma necessidade global urgente de lidar com o previsto aumento de feridas de difícil cicatrização através de intervenção precoce, utilização eficaz de recursos e foco nos cuidados centrados no doente (Guest et al, 2020; Ahmajärvi et al, 2022; Queen and Harding, 2023; Sen, 2023).

Uma recente declaração de consenso da World Union of Wound Healing Societies (União Mundial das Sociedades de Cicatrização de Feridas, WUWHS) apresenta o conceito de Equilíbrio da Ferida como uma abordagem estratégica para o tratamento de feridas complexas e de difícil cicatrização (WUWHS, 2025). Este guia "simplificado" apresenta o conceito de Equilíbrio da Ferida e descreve as principais recomendações da WUWHS para alcançá-lo.

## O que é o Equilíbrio da Ferida e como este auxilia os profissionais de saúde no tratamento de feridas complexas?

O conceito de Equilíbrio da Ferida integra todos os fatores relevantes para garantir a continuidade e o cuidado personalizado, orientando a tomada de decisões clínicas e abordando os desequilíbrios que contribuem para a complexidade ou cronicidade das feridas (Wounds International, 2023).

Equilíbrio da Ferida [Figura 1] destaca uma abordagem holística que ajuda os profissionais de saúde a identificar e remover as barreiras à cicatrização,

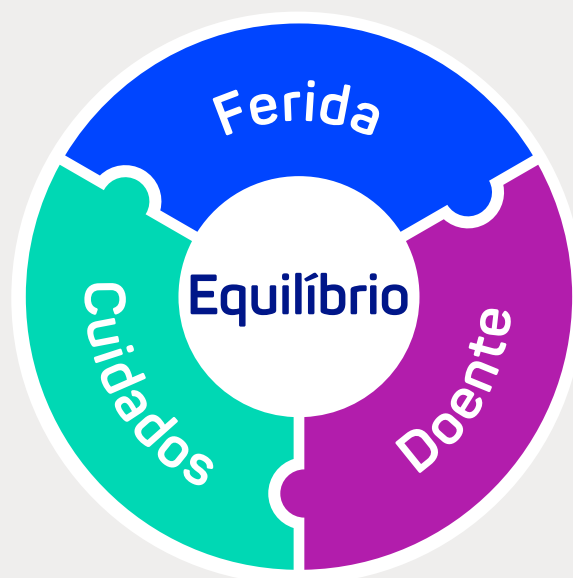


Figura 1: O conceito de Equilíbrio da Ferida visa equilibrar as barreiras relacionadas com a ferida, o doente e o ambiente de cuidados que dificultam a cicatrização (Wounds International, 2023).

oferecendo uma perspetiva sobre por que razão certas feridas se tornam complexas e, em última análise, não cicatrizam (WUWHS, 2025).

Para alcançar ótimos resultados na cicatrização de feridas, é necessário identificar as três categorias de barreiras à cicatrização. [Figura 2].

## Principais barreiras à cicatrização de feridas

### Tratamento de feridas

- Níveis excessivos de inibidores de cicatrização (por exemplo, marcadores biológicos de não cicatrização e excesso de exsudado)
- Deficiência de nutrientes/oxigénio
- Trauma persistente
- Comorbilidades/condições sistémicas

### Cuidados ao doente

- Objetivos/prioridades do doente desalinados
- Determinantes sociais da saúde
- Impacto da ferida na qualidade de vida (QV)
- Falta de sistema de apoio
- Baixa literacia/educação
- Conhecimento limitado sobre a doença
- Falta de recursos

### Cuidados clínicos

- Falta de foco no tratamento de feridas
- Variabilidade no profissional/médico responsável pelo tratamento de feridas
- Sinais precoces de cronicidade não identificados
- Tratamento habitual em vez de aplicação da ciência das feridas
- Educação/formação ineficaz



Figura 2: As três categorias de barreiras para alcançar a cicatrização de feridas e a melhoria nos resultados do doente.

# Equilíbrio da Ferida simplificado

## As feridas são complexas ou não cicatrizam?

A inconsistência na terminologia pode ser confusa para os profissionais de saúde e pode ter conotações negativas para os doentes; por exemplo, "ferida que não cicatrizou" sugere ao doente que a ferida provavelmente nunca cicatrizará. Nem todas as feridas complexas se tornam não cicatrizantes ou crônicas; no entanto, todas elas requerem atendimento prioritário. Dado que qualquer ferida crônica que não cicatriza começa por ser uma pequena ferida, a intervenção precoce é essencial para prevenir complicações e promover uma cicatrização ideal.

- **Recomendação da WUWHS:** O Equilíbrio da Ferida exige que os profissionais de saúde avaliem todos os fatores relacionados com a ferida e com o doente, de acordo com as necessidades do doente no contexto clínico específico, e identifiquem as barreiras à cicatrização.

O uso de linguagem e terminologia consistentes pode ajudar a alcançar melhores resultados para os doentes e auxiliar os profissionais de saúde a fornecer intervenções atempadas. Anteriormente, essas feridas eram referidas como "feridas de difícil cicatrização".

- **Recomendação da WUWHS:** O painel de consenso concordou que as definições de cronicidade das feridas devem ser revistas e incentivou a utilização do termo "feridas complexas".

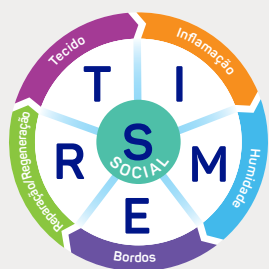
## As ferramentas recomendadas pela WUWHS para alcançar o Equilíbrio da Ferida

### Identificação precoce dos fatores de risco e avaliação precisa

O modelo TIMERS foi recomendado pelo painel WUWHS—Tecido, Infecção/Inflamação, Humidade, Margem, Reparação/Regeneração e Social — como meio de possibilitar uma intervenção atempada e eficaz. [Caixa 1; Lumbers, 2019]. Além de avaliar o leito da ferida, o modelo TIMERS incorpora fatores sociais que podem afetar a qualidade de vida (QV) do doente e a cicatrização. Assim, oferece

**Caixa 1. A ferramenta TIMERS. O painel da WUWHS destaca que o conceito de Equilíbrio da Ferida é complementar ao modelo TIMERS.**

Leia o código QR para aceder ao modelo TIMERS de modo a fazer uma avaliação precoce da ferida e do doente.



uma abordagem holística que apoia a integração do Equilíbrio da Ferida na prática clínica diária (Lumbers, 2019; National Library of Medicine [NLM], 2025).

### Intervenção oportuna e consistente com pensos de Polímero Superabsorvente (SAP)

Ao procurar o Equilíbrio da Ferida, devem ser tomadas medidas práticas para reduzir os fatores que inibem a cicatrização, incluindo a remoção consistente e adequada do exsudado excessivo (que contém inibidores da cicatrização) ou da carga bacteriana, mantendo a ferida e a área perilesional protegidas.

### Reduzir a complexidade do tratamento de feridas

O painel da WUWHS considerou o conceito de Equilíbrio da Ferida intuitivo, referindo que este ajuda a reduzir a complexidade frequentemente associada ao tratamento de feridas. O Equilíbrio da Ferida esclarece a seleção de pensos, especialmente quando se trata de combiná-los com outros tratamentos, como a terapia de compressão. Os membros do painel expressaram uma preferência pela utilização de um único tipo de penso para auxiliar na cicatrização e destacaram que os pensos SAP restauram a trajetória da cicatrização de feridas. [Figuras 3-5].

### Desbridamento

O desbridamento de feridas é uma técnica clínica que visa converter um ambiente de ferida complexo e de difícil cicatrização num contexto de ferida aguda, apoiando o processo de cicatrização (WUWHS, 2025).

O painel de consenso destacou a frequência com que os profissionais de saúde que trabalham em ambientes de cuidados primários/comunitários podem não ser treinados ou autorizados a realizar desbridamento cortante em segurança, e que o desbridamento autolítico (por exemplo, através de pensos hidrorresponsivos [HRWD]) pode ser a opção mais adequada para os seus doentes. Os HRWD hidratam a ferida, permitindo o desbridamento autolítico. [Figura 5]. O conceito de Equilíbrio da Ferida ajuda os profissionais de saúde a alinhar os objetivos do doente com as necessidades clínicas (por exemplo, redução do tecido necrótico, biocarga e/ou inflamação).

## Recomendações da WUWHS sobre como alcançar o Equilíbrio da Ferida com pensos SAP

Com base em evidência recolhida através de estudos de caso, o painel da WUWHS partilhou as suas próprias experiências clínicas na aplicação do Equilíbrio da Ferida através de pensos SAP (recomendações resumidas nas Figuras 3-5). Os pensos SAP são aplicáveis a todas as etiologias de feridas, em todos os contextos clínicos e ao longo de todo o processo de cicatrização da ferida, proporcionando os seguintes benefícios:

- Necessidade de trocas de pensos menos frequentes (a continuidade do tratamento pode também melhorar a satisfação e o envolvimento do doente).
- Controlo de inibidores de cicatrização (por ex: metaloproteases da matriz)
- Melhoria da qualidade de vida dos doentes

## Recomendações da WUWHS

O RespoSorb® Silicone Border é recomendado pelos especialistas da WUWHS como tratamento de primeira linha na intervenção precoce em feridas.



Figura 3: Recomendações para o RespoSorb® Silicone Border

O RespoSorb® Super é recomendado para a gestão do exsudado



Figura 4: Recomendações para o RespoSorb® Super

O HydroClean® é recomendado para desbridamento



Figura 5: Recomendações para o HydroClean®



**Figura 6:** Os pensos SAP de silicone mantêm um nível adequado de humidade no microclima da ferida, previnem a maceração e danos ao tecido perilesional, além de absorverem e reterem os inibidores da cicatrização através do seu mecanismo de ação.



**Figura 7:** Os pensos superabsorventes promovem absorção e retenção eficazes em feridas com exsudação intensa, prevenindo o extravasamento e a passagem de exsudado para o exterior.



**Figura 8:** Os HRWD retêm níveis excessivos de inibidores da cicatrização (por exemplo, proteases e bactérias) e libertam solução de Ringer na ferida, facilitando a limpeza, amolecendo o tecido necrótico e a fibrina, e permitindo o desbridamento autolítico.

- Doentes que continuam a trabalhar
- Melhoria das atividades da vida quotidiana
- Maior envolvimento do doente
- Benefícios financeiros melhorados para os doentes devido à menor frequência de trocas de pensos e à redução do número de prescrições necessárias.

O painel de consenso observou que, na sua experiência, os pensos SAP [Figuras 6-8] oferecem uma solução eficaz para feridas que não requerem avaliação urgente. A elevada capacidade de absorção e a facilidade de utilização previnem a maceração, resultando em menos trocas de penso. Isto, por sua vez, contribui para a redução de custos e diminui a necessidade de visitas diárias à clínica.

O painel também enfatizou a importância da utilização de pensos SAP em conjunto com a terapia de compressão. Uma vez que as feridas com baixo exsudado podem ficar mais húmidas após o início da compressão — causando desconforto e reduzindo a adesão do doente ao tratamento —, os pensos SAP ajudam a controlar o exsudado de forma eficaz e a aumentar o conforto do doente.

## Melhoria dos resultados de qualidade de vida através do Equilíbrio da Ferida

Melhorar a qualidade de vida do doente é fundamental para alcançar o Equilíbrio da Ferida. Os indivíduos com feridas que não cicatrizam enfrentam frequentemente desafios diários que impactam as suas atividades rotineiras e o seu bem-estar mental (Wounds International, 2023). A mobilidade reduzida, a dor e o sofrimento causados pelo extravasamento de exsudado e pelo mau odor podem levar ao isolamento social, à ansiedade, à depressão e ao afastamento dos cuidados (Olsson et al, 2019; Zhu et al, 2022). Assim sendo, as intervenções focadas na qualidade de vida são essenciais para proporcionar cuidados verdadeiramente equilibrados e centrados no doente (Wounds International, 2023).

Com as suas opções de tratamento eficazes, holísticas e acessíveis, o Equilíbrio da Ferida pode ajudar os doentes a atingir estes objetivos.

- **Recomendação da WUWHS:** O painel recomendou que os doentes em situação de isolamento social ou com falta de acesso a cuidados adequados das feridas recebam educação apropriada para que possam gerir com sucesso o autocuidado e alcançar a cicatrização

## Comunicação eficaz com os doentes

O aspeto clínico do Equilíbrio da Ferida ajuda os profissionais de saúde a definir a prioridade dos parâmetros de tomada de decisão, mantendo o doente no centro de todas as intervenções. O painel da WUWHS enfatizou que os profissionais de saúde devem garantir que os doentes sejam informados, envolvidos e forneçam consentimento claro durante toda a avaliação e o tratamento.

- **Recomendação da WUWHS:** A educação deve ser fornecida por recursos fáceis de usar, tanto verbalmente quanto por escrito, incentivando os doentes a confirmarem a sua compreensão.

Com a sua abordagem holística, prática e económica, o Equilíbrio da Ferida auxilia os doentes a alcançarem resultados de cicatrização bem-sucedidos.

## Benefícios da implementação do Equilíbrio da Ferida

Incorporar o conceito de Equilíbrio da Ferida na prática diária permite que os profissionais de saúde promovam a cicatrização da ferida. Os pensos SAP auxiliam esta intervenção precoce através do seu mecanismo de ação específico, que aborda o desequilíbrio de biomarcadores críticos que, em excesso, atuam como inibidores de feridas.