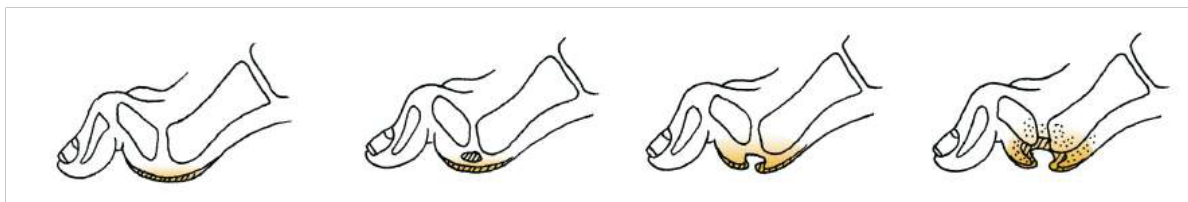




Información sobre el pie diabético

Según la Federación Internacional de la Diabetes, el número de personas afectadas por esta enfermedad está aumentando de forma muy importante en los últimos tiempos. La presencia de azúcar elevado en sangre (hiperglucemias) mantenido a lo largo del tiempo produce complicaciones crónicas en el organismo. Una de ellas es la afectación de los pies, que conocemos como **pie diabético**.

El pie diabético es una patología provocada principalmente por dos factores: la deficiente circulación de la sangre (vasculopatía) y la pérdida de la sensibilidad protectora (neuropatía diabética periférica). Existen diferentes niveles de afectación y gravedad, incluyendo una **posible ulceración** cuyas complicaciones pueden llegar a requerir una amputación, o casos complejos como la deformidad de Charcot, en la que el pie se deforma de manera irreversible.



Mecanismo de desarrollo de una úlcera causada por un estrés mecánico excesivo o repetitivo.

La **prevención de las complicaciones** derivadas del pie diabético pasa por el reconocimiento e identificación temprana de posibles lesiones a través de **revisiones periódicas con el especialista** del pie, especialmente cuando éste trabaja dentro de un **equipo multidisciplinar**, pues existe una gran evidencia del éxito en el tratamiento cuando se involucran distintos especialistas.

Como paciente diabético, es importante que consulte a su especialista de pie para determinar cada cuando debe programar una visita de control en función de su **grado de riesgo**, especialmente en los casos de pérdida de sensibilidad, afectación vascular, deformidades del pie o previas amputaciones.

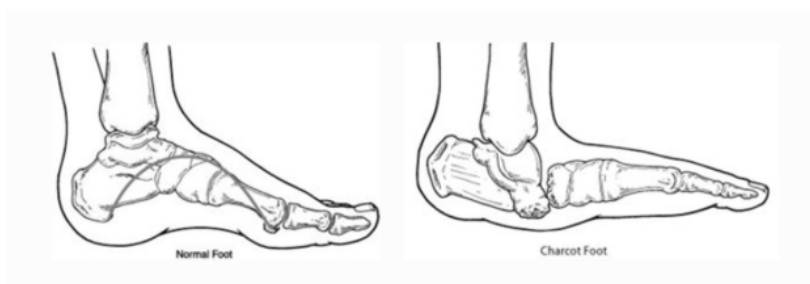
El tratamiento del pie diabético fracasa si no existe un **buen control de su diabetes**. La clave del éxito es el buen cumplimiento del tratamiento médico y dietético.

Acuda urgentemente al especialista de pie si presenta: _____

- Lesiones en los pies que no sanan en 3 días
- Hinchazón
- Enrojecimiento o cambio de color
- Áreas calientes al tacto
- Dolor
- Ampollas o hemorragias
- Uñas encarnadas
- Piel seca y/o grietas
- Deformaciones en el pie

Recomendaciones para el cuidado de sus pies

- Mantenga el **nivel de azúcar en sangre** bajo control y adopte hábitos de vida saludable
- **Examine sus pies** a diario. Si no puede examinarse los pies por completo, pida ayuda o utilice un espejo
- **Lave sus pies** a diario y seque bien entre los dedos, compruebe la temperatura del agua antes.
- Aplique **crema hidratante** en los pies, pero nunca entre los dedos
- **Use calcetines** de algodón o fibras naturales, adaptados a su tamaño de pie, sin arrugas ni agujeros
- **Proteja sus pies del frío o calor excesivos.** Utilice calzado sobre arena o asfalto cuando puedan estar muy calientes y use calcetines que protejan bien del frío en invierno
- Use un **calzado adecuado.** Compruebe que no le ha entrado piedras u otros objetos antes de calzarse. No apriete demasiado o demasiado poco los cordones
- **No camine descalzo** o sin zapatos
- No use productos para retirar **callosidades** o cuchillas pues estos pueden causar daño o quemadura que llegue a provocar una úlcera
- **Corte sus uñas** regularmente. Acuda a un especialista si lo requiere. Examine sus uñas para valorar posibles alteraciones



Possible deformidad del pie llamada pie de Charcot

El **pie de Charcot** es una enfermedad que afecta los huesos, las articulaciones y los tejidos blandos de pie y tobillo. Es un trastorno poco común que causa una deformidad compleja del pie, predominantemente en pacientes diabéticos. Se produce como resultado del daño selectivo de los nervios periféricos.

Esta artropatía diabética se caracteriza por inflamación, luxación articular y destrucción ósea, dando lugar a una deformidad característica del pie.