

ATENCIÓN MÉDICA

La aplicación de las medidas higiénicas y preventivas por parte de los pacientes y el tratamiento adecuado e inmediato de las lesiones, han hecho posible que en los últimos años las amputaciones en las personas con diabetes se hayan reducido.

Los antibióticos y la cirugía arterial reconstructiva han sido decisivos para la obtención de estos buenos resultados.



La información contenida en estos folletos es complementaria a las recomendaciones impartidas por los profesionales sanitarios, en ningún caso sustituye a éstas.

9600-05/06



SOCIEDAD ESPAÑOLA DE DIABETES

GRUPO DE ESTUDIO SOBRE EDUCACIÓN TERAPÉUTICA



DIABETES

Cuidando los pies



Sistema
GLUCOCARD™ G



De venta exclusiva en farmacia

Distribuido por:



www.diabetesmenarini.com

Tel. Atención al cliente 902 301 334

Tel. 93 507 10 00

CFSP0611CAT



¿POR QUÉ CUIDARLOS?

Los pies están habitualmente sometidos a un trabajo continuo y es preciso dedicarles una **atención especial**.

Con el paso del tiempo, la diabetes puede producir una **disminución de la sensibilidad nerviosa** y **alteraciones en la circulación sanguínea**. En consecuencia, **los pies de algunas personas con diabetes tienen un mayor riesgo de sufrir heridas e infecciones**.

¿CÓMO SE VALORA EL RIESGO?

La **sensibilidad nerviosa** se valora de distintas formas, siendo la más usual el diapasón y el monofilamento.

El **flujo sanguíneo** se comprueba mediante la palpación de los pulsos en



distintas partes de las piernas, o bien mediante un aparato denominado "doppler".

Cuando la sensibilidad nerviosa o el flujo sanguíneo están por debajo de ciertos límites, las personas con diabetes deben extremar sus precauciones.

Las deformidades articulares (pie plano y ancho) y las zonas de presión excesivas ("juanetes"), facilitan la aparición de úlceras a este nivel.



CUIDADOS PERSONALES

Las personas con riesgo deben ser instruidas por el equipo sanitario, ya que la **prevención más eficaz puede hacerla el propio paciente**.

Los cuidados personales se basan fundamentalmente en:

- **Inspección** periódica y detenida de todo el pie.

- **Higiene diaria** y corte de uñas adecuado.
- **Elección apropiada de calzado**, medias y calcetines. El zapato debe adaptarse al pie y no el pie al zapato.
- **Prevención de heridas**. No andar descalzo, evitar fuentes de calor directo, revisar el interior del calzado, etc.
- **Estilo de vida saludable**. No fumar, andar regularmente, limitar la ingesta de alcohol y grasas animales...

