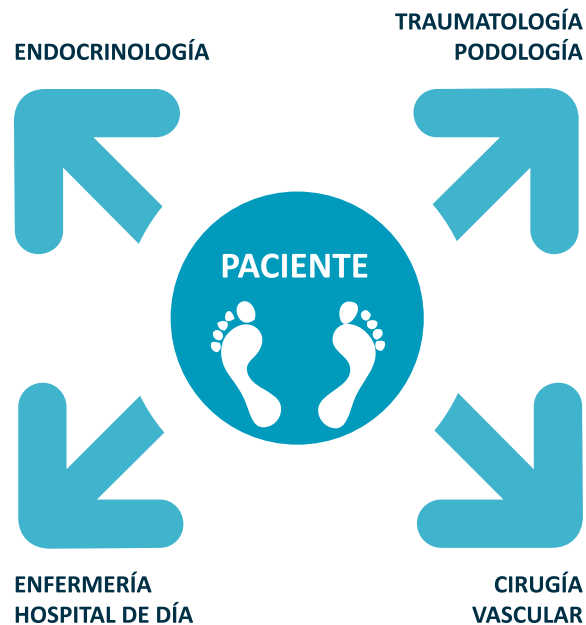


Unidad del Pie Diabético

Objetivos:

- Inspección y exploración regular del pie
- Identificación del pie de riesgo
- Educación del paciente y la familia
- Inspección y orientación sobre el calzado
- Tratamiento integral de las úlceras
- Optimización del tratamiento de la diabetes

La Unidad del Pie Diabético está compuesta por personal de endocrinología, traumatología, ortopedia, podología, cirugía vascular, enfermería y hospital de día en colaboración con los servicios de dietética y educación diabetológica, enfermedades infecciosas, radiología y urgencias.



Unidad del Pie Diabético Citaciones

Tel. 93 565 16 61
peudiabetic@idcsalud.es

Hospital de Día
(Urgencias)

 **idcsalud**
Hospital General de Catalunya
Pedro i Pons, 1
08195 Sant Cugat del Vallès (BARCELONA)
Tel. 902 53 33 33 - Fax 93589 26 18



Unidad del Pie Diabético

 **idcsalud**
Hospital General de Catalunya



Sabías que...

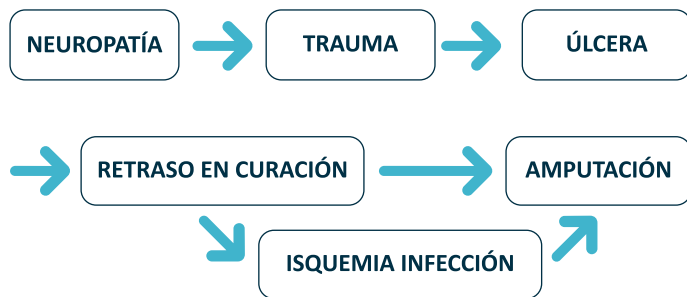
Se ha demostrado que realizando una valoración integral del paciente diabético con controles periódicos y equipos multidisciplinares se consigue una reducción de >50% de la aparición de lesiones en los pies.

La diabetes es la primera causa de amputaciones no traumáticas de pies o piernas en países desarrollados.

Al menos un 15% de los diabéticos padecerá alguna úlcera en el pie a lo largo de su vida.

Hasta el 85% de amputaciones de pie o pierna en diabéticos son consecuencia del desarrollo de una úlcera.

Una rozadura, un pequeño traumatismo, una incisión al cortarse las uñas o la aplicación de calor en el pie pueden suponer el desarrollo de una úlcera.



La diabetes mellitus afecta en el pie:

- neuropatía: pérdida de la sensibilidad y deformidad
- arteriopatía: reducción del riego sanguíneo con riesgo de desarrollar gangrena
- infección: la diabetes predispone a desarrollar con facilidad una infección

Pecoraro et al 1990

LAS DIEZ NORMAS BÁSICAS PARA LA PREVENCIÓN Y DETECCIÓN PRECOZ DE LESIONES EN LOS PIES

1. Observa diariamente tus pies

Busca durezas, ampollas, áreas de enrojecimiento...



2. Lávalos a diario

Con agua templada y jabón neutro. Comprueba la temperatura del agua con un termómetro o con el codo. Sécalos a fondo suavemente. Manténlos secos y lejos de fuentes de calor.



3. Hidrátalos con frecuencia

Aplica una crema hidratante pero evita extenderla entre los dedos. Utiliza protección si los expones al sol.



4. Cuida tus uñas

Ojo con tijeras y limas. Ante la aparición de alguna herida ves al especialista. Corta las uñas con tijeras de punta roma. Utiliza una lima para mantener la longitud y pulir los bordes.



5. Consulta al especialista

Si tienes durezas y/o callos no utilices callicidas ni antisépticos colorantes. Pomadas, alcohol o desinfectantes pueden irritar la piel o cambiar su coloración dificultando su seguimiento médico.



6. Utiliza el calzado correcto

Usa calcetines, evita sandalias o zapatos descubiertos, de tacón y de punta. El calzado tiene que ser cómodo y que no provoque rozaduras o lesiones. Compra tus zapatos por la tarde cuando el pie está más hinchado.



7. Evita andar descalzo

Usar ligas, gomas o calcetines con elásticos dificultan la circulación sanguínea



8. Atención a la temperatura

No apliques calor o frío en contacto directo con los pies.

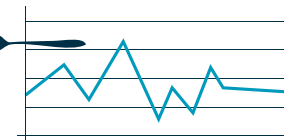


9. Mantén una vida saludable

Evita el consumo de tabaco, alcohol... Camina, haz ejercicio físico para mantener el peso adecuado.



10. Controla tu diabetes



Cuida tus pies... cuida tu salud