

HERMAN ZARATE, DPM

7610 Carroll Ave Suite 350
Takoma Park, MD 20912

6510 Kenilworth Ave Suite 2100
Riverdale, MD 20737

13900 Baltimore Ave
Laurel, MD 20707

TEL. 301-927-9005

FAX 301-927-1313

Complicaciones Diabéticas

Las personas con diabetes son propensas a sufrir muchos problemas en los pies, a menudo debido a dos complicaciones de la diabetes: daños neurológicos (neuropatía) y mala circulación de la sangre. La neuropatía causa pérdida de sensibilidad en sus pies, impidiéndole así sentir dolor o incomodidad, de manera que usted puede no detectar una lesión o irritación. La mala circulación en sus pies reduce su capacidad de sanar, dificultando que incluso una pequeña cortada pueda resistirse a una infección.

Cuando usted tiene diabetes, debe ser consciente de cómo pueden surgir problemas en los pies debido a perturbaciones en la piel, las uñas, los nervios, huesos, músculos, y vasos sanguíneos. Adicionalmente, en la diabetes, pequeños problemas en los pies pueden convertirse en complicaciones serias. Usted puede hacer mucho para prevenir la amputación dando dos pasos importantes: Siga las medidas proactivas que se comentan a continuación – y visite regularmente a su cirujano de pie y de tobillo.

Problemas en los Pies y en las Piernas Relacionados con la Diabetes

Tener diabetes lo pone en riesgo de desarrollar una amplia gama de problemas en los pies:

- **Infecciones y úlceras (llagas) que no sanan.** Debido a la mala circulación en los pies, las cortadas o ampollas pueden convertirse fácilmente en úlceras que se infectan y no sanan. Esta es una complicación común—y grave—de la diabetes y puede conducir a la pérdida de su pie, su pierna, o su vida. Una úlcera es una llaga en la piel que puede llegar incluso hasta el hueso.
- **Callos y callosidades.** Cuando se presenta la neuropatía, usted no puede darse cuenta si sus zapatos están causándole presión y produciendo callos o callosidades. Los callos y callosidades deben ser tratados de manera apropiada o de lo contrario pueden convertirse en úlceras.
- **Piel seca y cuarteada.** La mala circulación puede resecar su piel. Esto puede parecer inofensivo, pero la piel seca puede dar lugar a fisuras que pueden convertirse en llagas.
- **Anomalías de las uñas.** Las uñas encarnadas del pie (que crecen curvas enterrándose en la piel a los lados de la uña) y las infecciones micóticas pueden pasar desapercibidas debido a la pérdida de sensibilidad. Si no son tratadas profesionalmente, pueden llegar a producir úlceras.
- **Dedo del pie en martillo y juanetes.** La neuropatía motriz (daños neurológicos que afectan los músculos) puede causar debilidad muscular y pérdida de tono en los pies, causando dedos del pie en martillo y juanetes. Si no son tratadas, estas deformaciones pueden causar úlceras.
- **Fragilidad ósea.** La neuropatía y los cambios en la circulación pueden generar fragilidad ósea (osteoporosis). Esto lo hace susceptible a romperse un hueso, incluso sin necesidad de un golpe fuerte o de que ocurra una lesión.
- **Pie de Charcot.** Esta es una compleja deformidad del pie. Se desarrolla como resultado de la pérdida de sensibilidad y de un hueso roto no detectado que conduce a la destrucción de los tejidos blandos del pie. Debido a la neuropatía, el dolor de la fractura pasa desapercibido y el paciente continúa caminando sobre el hueso roto, empeorando las cosas. Esta complicación incapacitante es tan grave que puede ser necesario amputar.
- **Arteria bloqueada en la pantorrilla.** En la diabetes, los vasos sanguíneos abajo de la rodilla a menudo se vuelven estrechos y restringen el flujo de sangre. Una arteria severamente bloqueada es una enfermedad grave que puede requerir la intervención de un cirujano vascular. Si la cirugía vascular fracasa y la herida no se cura, puede ser necesaria la amputación.

Lo Que Su Cirujano de Pie y de Tobillo Puede Hacer

Una meta básica del cirujano de pie y de tobillo es prevenir la amputación. Existen muchas nuevas técnicas quirúrgicas disponibles para salvar los pies y las piernas, incluyendo la reconstrucción de articulaciones y tecnologías de curación de heridas. Someterse a chequeos regulares de los pies y buscar ayuda inmediata cuando nota algo puede evitar que los pequeños problemas empeoren. Su cirujano de pie y de tobillo trabaja junto con otros proveedores de atención de la salud para prevenir y tratar las complicaciones derivadas de la diabetes.

¿Cuándo es Necesaria la Amputación?

Las metas del tratamiento de los problemas de los pies en diabéticos son no sólo salvar la vida y la extremidad, sino también curar al paciente y permitirle estar en movimiento lo más pronto posible. Si la cirugía vascular no puede mejorar el flujo sanguíneo y la cirugía podiátrica no puede restaurar la funcionalidad, la amputación puede ser la única solución que logre que el paciente pueda volver a caminar. La amputación puede involucrar uno o dos dedos del pie, parte del pie, o parte de la pierna. Se elige con base en la enfermedad del paciente y el nivel de curación pronosticado. El retorno a la vida normal es especialmente posible hoy en día debido a los avances en la fabricación de prótesis.

Sus Medidas Proactivas

Usted juega un papel vital para reducir las complicaciones. Siga estas pautas y póngase en contacto con su cirujano de pie y de tobillo si nota algún problema:

- **Inspecciónese sus pies a diario.** Problemas en la piel o las uñas—Busque cortadas, raspones, enrojecimiento, drenaje, hinchazón, mal olor, rasquiña, decoloración, pérdida de pelo en los dedos de los pies, lesiones, o cambios en las uñas (deformadas, rayadas, amarillentas o decoloradas, engrosadas, o que no estén creciendo). Señales de fractura—Si su pie está hinchado, rojo, caliente, o ha cambiado de tamaño, forma, o dirección, visite a su cirujano podiátrico inmediatamente. Si no tiene una buena visión, pídale a alguien que lo haga por usted.
- **Observe si hay cambios en la circulación.** Préstele atención al color de los dedos de sus pies. Si se ponen rojos, rosados, o morados cuando sus pies cuelgan hacia abajo mientras está sentado(a), puede tener un problema de mala circulación.
- **No ignore el dolor en las piernas.** El dolor en las piernas que se presenta de noche o con un poco de actividad puede significar que usted tiene una arteria bloqueada. Busque atención inmediatamente.
- **Corte de la uñas.** Si tiene algún problema con las uñas, uñas duras, o sensibilidad reducida en sus pies, las uñas de sus pies deben ser cortadas por un profesional.
- **No recurra a “cirugías” de cuarto de baño.** Nunca se corte los callos o callosidades usted mismo(a), y no use almohadillas medicadas de venta libre.
- **Mantenga los pisos libres de objetos afilados.** Asegúrese de que no hayan agujas, jeringas de insulina, u otros objetos afilados en el piso.
- **No camine descalzo(a).** Use zapatos, tanto bajo techo como al aire libre.
- **Revise los zapatos y las medias.** Sacuda sus zapatos antes de ponérselos. Asegúrese que sus medias no estén enrolladas.
- **Hágase examinar su sensibilidad.** Su cirujano de pie y de tobillo realizará diversos exámenes para ver si usted ha perdido algo de sensibilidad.