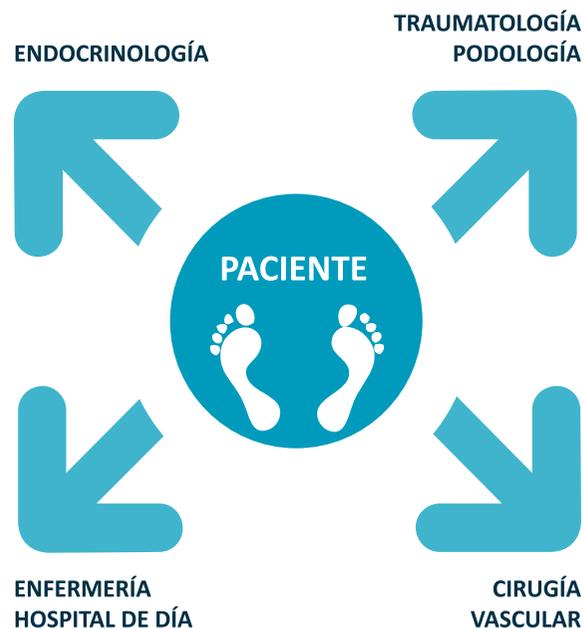


# Unidad del Pie Diabético

## 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.

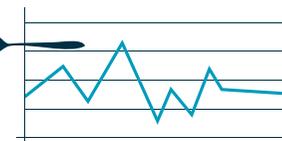


### 9. Mantén una vida saludable

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