

Complicaciones Diabéticas y Prevención de la Amputación

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, dificultándole que incluso una pequeña cortada pueda resistir una infección.

Tener diabetes aumenta el riesgo de presentar una amplia gama de problemas en los pies. Además, con la diabetes, los pequeños problemas en los pies se pueden convertir en complicaciones graves.

Problemas en los pies y piernas relacionados con la diabetes

- **Infecciones y úlceras (llagas) que no sanan.** Una úlcera es una llaga en la piel que puede llegar incluso hasta el hueso. 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.
- **Callos y callosidades.** Cuando se presenta la neuropatía, usted no puede darse cuenta si sus zapatos le están causando presión y produciendo callos y callosidades. Los callos y las callosidades deben ser tratados de manera apropiada o de lo contrario pueden convertirse en úlceras.
- **Piel seca y cuarteada.** La mala circulación y la neuropatía pueden resecar su piel. Esto puede parecer inofensivo, pero la piel seca puede dar lugar a grietas que posteriormente se pueden convertir 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 infecciones.
- **Dedo del pie en martillo y juanetes.** Los daños neurológicos que afectan los músculos pueden causar debilidad muscular y pérdida de tono en los pies, causando dedos del pie en martillo y juanetes. Si estas deformaciones no son tratadas, pueden causar úlceras.
- **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 practicar algún procedimiento quirúrgico y, ocasionalmente, la amputación.
- **Circulación sanguínea deficiente.** En la diabetes, los vasos sanguíneos abajo de la rodilla a menudo se vuelven estrechos y restringen el flujo de sangre. Esto previene que sanen las heridas y puede causar la muerte del tejido.

Lo que su médico especialista en pie y tobillo puede hacer

Su médico especialista en pie y tobillo puede ayudar a que las heridas sanen y prevenir la amputación. Existen muchas nuevas técnicas quirúrgicas disponibles para salvar los pies y las piernas, incluyendo la reconstrucción de articulaciones y tecnologías para curación de heridas. Someterse a revisiones regulares de los pies y buscar ayuda inmediata cuando note algo que puede evitar que los pequeños problemas empeoren. Su médico especialista en pie y tobillo trabaja junto con otros proveedores de atención médica para prevenir y tratar las complicaciones derivadas de la diabetes.

Sus medidas proactivas

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

- **Revise sus pies diariamente.** Si tiene problemas con la vista, pida a alguien que lo haga por usted. Busque lo siguiente:
 - *Problemas en la piel o las uñas:* Busque cortadas, raspones, enrojecimiento, secreciones, hinchazón, mal olor, erupción cutánea, decoloración, pérdida de pelo en los dedos de los pies o cambios en las uñas (deformadas, rayadas, amarillentas o decoloradas, engrosadas o que no crecen).
 - *Señales de fractura:* Si su pie está hinchado, rojo, caliente o ha cambiado de tamaño, forma o dirección, consulte inmediatamente a su médico podiátrico.

- **No ignore el dolor en las piernas.** El dolor en las piernas que se presenta de noche o con poca actividad puede significar que usted tiene una arteria bloqueada. Busque atención inmediatamente.
- **Corte de las uñas.** Si tiene algún problema con las uñas, uñas duras o sensibilidad reducida en sus pies, las uñas de los pies deben ser cortadas por un profesional.
- **No recurra a “cirugías de cuarto de baño”.** Nunca se corte los callos o callosidades usted mismo y no use almohadillas medicadas de venta libre.
- **Mantenga los pisos libres de objetos afilados.** Asegúrese de que no haya agujas, jeringas de insulina u otros objetos afilados en el piso.
- **No camine descalzo.** Use zapatos, tanto en el interior como en el exterior.
- **Revise los zapatos y las medias.** Sacuda sus zapatos antes de ponérselos. Compruebe que sus medias no estén enrolladas.
- **Hágase revisar su circulación y su sensibilidad.** Su médico especialista en pie y tobillo le realizará diversos exámenes para ver si usted ha perdido algo de sensibilidad o de circulación.

¿Cuándo se necesita la amputación?

Incluso con cuidado preventivo y tratamiento oportuno de infecciones y complicaciones, hay ocasiones en que es necesaria la amputación para quitar el tejido infectado, salvar una extremidad o incluso salvar una vida.