



National Limb Loss
Information Center

Lectura fácil



Cure • Care • Commitment™

Prevención de pérdida de extremidades en diabéticos

Preventing Limb Loss in People with Diabetes

por el personal del NLLIC

Revisado 2004

La diabetes es la principal causa de amputaciones de pies y piernas. Si padece diabetes, el riesgo de amputación es mayor si usted:

- es mayor de 65 años;
- es afroamericano;
- ya ha sufrido una amputación;
- ha perdido sensibilidad en los pies o piernas (Esto se denomina neuropatía.);
- tiene mala circulación sanguínea en pies y piernas.

Las llagas (úlceras) en los pies y piernas de diabéticos cicatrizan lentamente. Si no se tratan, las úlceras pueden dar lugar a amputaciones. Para prevenirlas, se debe:

- revisar los pies diariamente (Busque rojeces, grietas en la piel o llagas.);
- cuidar los pies diariamente (Seque completamente el espacio que hay entre los dedos y utilice crema hidratante.);
- acudir al médico y al podólogo periódicamente;
- aprender a cuidar los pies;
- llevar calzado adecuado en todo momento (No camine descalzo.);
- tratar cuanto antes las zonas problemáticas.

Las personas con diabetes deberían someterse a un reconocimiento podológico todos los años. Los exámenes incluyen:

- comprobación de la sensibilidad en los pies;
- búsqueda de cambios en la forma y el tamaño del pie;
- comprobación de la circulación sanguínea;
- búsqueda de decoloración.

Para más información:

- Asociación Estadounidense de Diabetes (American Diabetes Association):
www.diabetes.org
- Guía informativa para imprimir, *Sus pies pueden durar toda la vida (Feet Can Last a Lifetime)*, disponible en
www.diabetic.com/education/feet/feet.htm