

CUIDADO DEL PIE EN LAS PERSONAS DIABÉTICAS

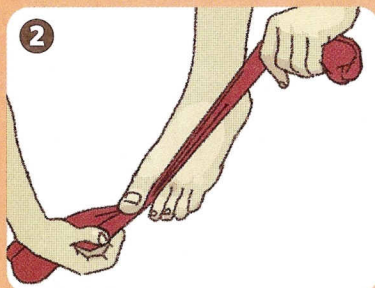
El paciente diabético siente una disminución de la sensibilidad en el pie, por lo que puede sufrir quemaduras o heridas sin darse cuenta.

Es importante prevenir las heridas y úlceras del pie ya que son las causantes más frecuentes de las amputaciones. Sin embargo, esta situación se puede prevenir en la mayoría de los casos siguiendo los consejos que le presentamos a continuación.

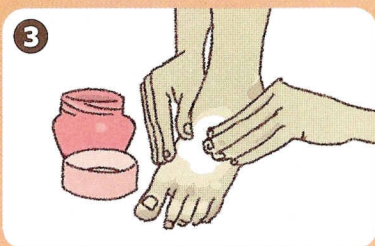
MANTENGA LIMPIOS SUS PIES



Láveselos diariamente con agua tibia, nunca con agua caliente o muy fría.

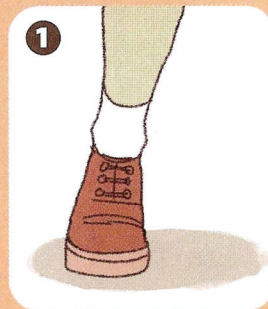


Séqueselos bien, cuidando de no dejar humedad entre los dedos.



Aplíquese crema hidratante en la parte superior e inferior de los pies, pero no entre los dedos.

USE CALCETINES Y ZAPATOS ADECUADOS



Use siempre zapatos cómodos, que no rocen ni presionen el pie.



No utilice sandalias.



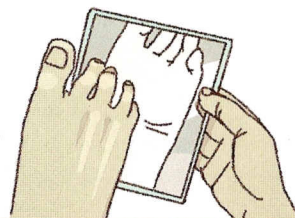
Compruebe los zapatos antes de ponérselos.



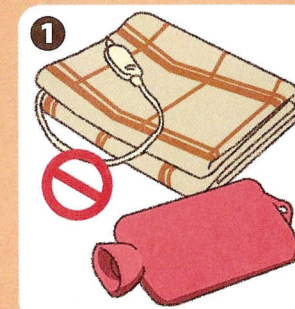
Lleve siempre calcetines que no aprieten.

EN CASA...

1. Vigile cualquier hinchazón o enrojecimiento.
2. Examine cualquier agrietamiento o corte en la piel.
3. Ayúdese de un espejo o de otra persona para descubrir posibles lesiones.



EVITE...



Evite utilizar bolsas de agua caliente o mantas eléctricas.



Procure no andar con los pies descalzos.



No se corte las uñas demasiado cortas; mejor si se las corta rectas. No se quite usted mismo pellejos, callos o durezas.



No haga baños de inmersión. El agua caliente o muy fría puede quemar el pie.

EN LA CONSULTA DEL MÉDICO O DE LA ENFERMERA...

1. Procure que su médico o enfermera examine sus pies en cada consulta que realice.
2. Lleve la iniciativa quitándose los zapatos y los calcetines o las medias.
3. Avíseles si ha notado cualquier alteración en sus pies.

CUIDADO DEL PIE EN LAS PERSONAS DIABÉTICAS

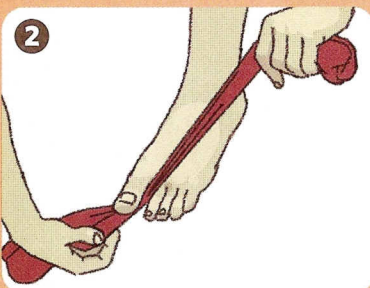
El paciente diabético siente una disminución de la sensibilidad en el pie, por lo que puede sufrir quemaduras o heridas sin darse cuenta.

Es importante prevenir las heridas y úlceras del pie ya que son las causantes más frecuentes de las amputaciones. Sin embargo, esta situación se puede prevenir en la mayoría de los casos siguiendo los consejos que le presentamos a continuación.

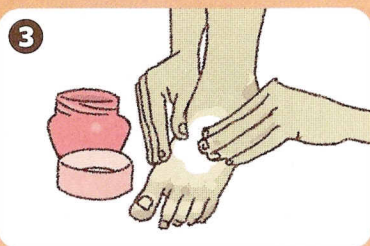
MANTENGA LIMPIOS SUS PIES



Láveselos diariamente con agua tibia, nunca con agua caliente o muy fría.

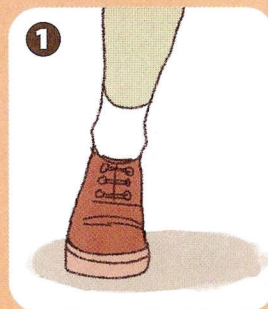


Séqueselos bien, cuidando de no dejar humedad entre los dedos.



Aplíquese crema hidratante en la parte superior e inferior de los pies, pero no entre los dedos.

USE CALCETINES Y ZAPATOS ADECUADOS



Use siempre zapatos cómodos, que no rocen ni presionen el pie.



No utilice sandalias.



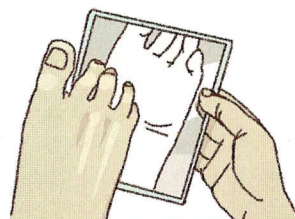
Compruebe los zapatos antes de ponérselos.



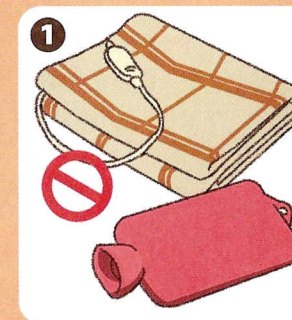
Lleve siempre calcetines que no aprieten.

EN CASA...

1. Vigile cualquier hinchazón o enrojecimiento.
2. Examine cualquier agrietamiento o corte en la piel.
3. Ayúdese de un espejo o de otra persona para descubrir posibles lesiones.



EVITE...



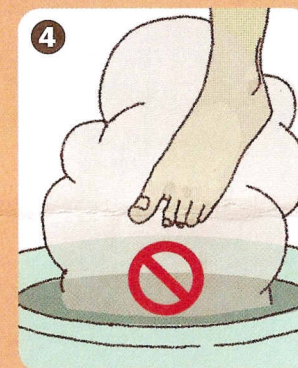
Evite utilizar bolsas de agua caliente o mantas eléctricas.



Procure no andar con los pies descalzos.



No se corte las uñas demasiado cortas; mejor si se las corta rectas. No se quite usted mismo pellejos, callos o durezas.



No haga baños de inmersión. El agua caliente o muy fría puede quemar el pie.

EN LA CONSULTA DEL MÉDICO O DE LA ENFERMERA...

1. Procure que su médico o enfermera examine sus pies en cada consulta que realice.
2. Lleve la iniciativa quitándose los zapatos y los calcetines o las medias.
3. Avíseles si ha notado cualquier alteración en sus pies.