

Diabetes: pies de cristal

La diabetes puede alterar la sensibilidad de nuestros pies haciendo de pequeñas heridas serias ulceraciones que no pocas veces terminan en gangrena.

Por Catherine Aguilar

Hace pocos meses los peruanos fuimos testigos de la muerte de uno de los hijos del entrañable Augusto Ferrando. Antes de su fallecimiento, al popular Chicho ya se le había tenido que amputar media pierna izquierda, producto de una diabetes mal controlada que lo fue matando de a pocos.

La diabetes es una enfermedad que se caracteriza por la alteración de los niveles de glucosa en la sangre debido al mal funcionamiento del páncreas que no produce la hormona insulina, o la produce en cantidades insuficientes. Cuando la diabetes no se controla, y se le deja a su suerte, puede producir daños irreparables como amputación, ceguera, e, incluso, la muerte.

El pie diabético puede llevar a una gangrena

Una de las manifestaciones de la diabetes es la deficiente irrigación sanguínea a nivel de los pequeños vasos lo que ocurre en los miembros inferiores. "Al no llegar irrigación sanguínea a estas terminaciones los tejidos se van muriendo y gangrenando hasta que se hace inevitable la amputación.

Primero el paciente pierde sensibilidad en la zona, luego aparecen pequeñas úlceras que de no ser tratadas pueden convertirse en gangrenas que comprometen no solo los tejidos sino también los huesos y tendones", señala el doctor José Bazán, endocrinólogo de la Clínica San Pablo.

"El pie diabético aparece así como una pequeña úlcera, como una lesión de continuidad, y muchos pacientes sienten picazón en los dedos del pie, y otros dicen no haberse cortado bien las uñas", dice el especialista. Ante estos síntomas, si usted es diabético, no deje de acudir a su médico.

¿Cómo cuidar mis pies?

"Al paciente diabético se le debe educar muy bien sobre el cuidado de sus pies. Debe saber observarlos con detenimiento e informar al médico si detecta alguna lesión por pequeña que sea. También debe aprender a tener una buena higiene y a mantener sus pies secos para evitar los hongos. Y finalmente debe usar calzados holgados, no ajustados", advierte el Dr. Bazán.

Los pacientes diabéticos en riesgo de contraer esta complicación son los que presentan infecciones a la piel, los que sufren de enfermedades vasculares periféricas y retinopatía (lesión en la retina). Según el Dr. Bazán los candidatos a pie diabético por lo general son:

- Varones de edad avanzada, mayor de 50 años.
- Padecen una diabetes de larga duración.

- Tienen poco control de sus niveles de glucosa.
- Son obesos y sufren de retinopatías (lesiones oculares en la retina) y nefropatías (daños renales).
- Consumen alcohol o tabaco.

Grados de la lesión

Para un tratamiento eficaz es importante la detección temprana. El pie diabético presenta por lo general cuatro grados.



- Grado 0**: pacientes que están en riesgo de contraer enfermedades vasculares periféricas, sufren de nefropatías o retinopatías.
- Grado 1** : el paciente tiene una pequeña úlcera o lesión en el pie.
- Grado 2** : la lesión es más profunda, no solo afecta la piel sino también tendones y hueso.
- Grado 3** : la lesión avanza y se extiende por los tejidos, haciendo una ostiomielitis. Existe un proceso infeccioso que compromete el hueso.
- Grado 4** : Presenta cangrena o putrefacción local.
- Grado 5** : Cangrena extensa.

Tratamientos

Según el grado de la enfermedad se señalan tres estadios de prevención:

- El primer estadio tiene que ver con la inspección, la higiene y una terapia de ejercicios para facilitar la irrigación del pie.
- La segunda fase de prevención consiste en evitar el grado 1 y 2, es decir, tratar de que la úlcera no llegue a los tendones y huesos.
- El estadio 3 es la rehabilitación con curaciones, un buen control de los niveles de glucosa en la sangre del paciente y tratamientos orientados a regenerar el tejido. Si se trata de una cangrena extensa, lamentablemente será necesaria la amputación para evitar el avance de la enfermedad", dice el endocrinólogo.

En algunos casos la gangrena es tan seria que el tejido de la pie se cae por si solo. Cuando ello ocurre el paciente no siente dolor pues ha perdido toda la sensibilidad en la zona gangrenada. Esto, lamentablemente, hace que la enfermedad avance sin que el paciente le haga a veces mucho caso.

NUNCA OLVIDAR: todo diabético debe cuidar sus pies y reportar cualquier lesión a su médico. Esto puede salvarlo de amputaciones traumáticas que en la mayoría de los casos agravan la enfermedad que debe ser controlada de por vida.