

## REPORTAJE

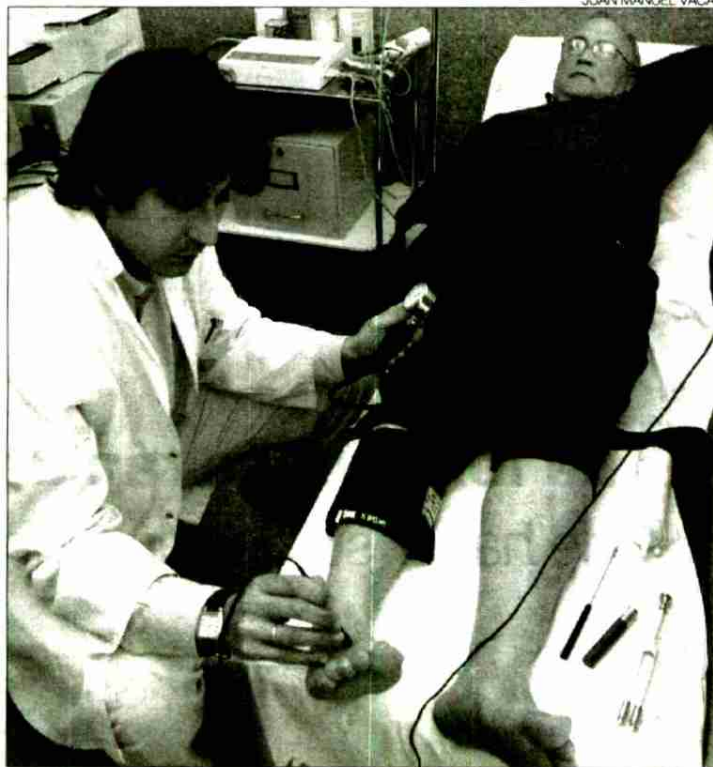


# El diabético debe vigilar sus pies

**En los centros de salud se hacen pruebas para detectar problemas de circulación o de sensibilidad ■ Una guía de la Junta enseña cómo cuidar las extremidades inferiores**

M.J. RAYA  
CÓRDOBA

Una rutinaria inspección de los pies permite descubrir lesiones en las personas diabéticas, problemas que, de no someterse a control, pueden terminar agravándose. Una práctica que conoce muy bien Manuel Toledano, ATS del centro de salud Levante Norte en Carlos III, puesto que de modo pionero comenzó a trabajar en la exploración del pie diabético hace ya 12 años, un trabajo que después fue imitado por otros centros de salud. Sobre este mismo tema la Consejería de Salud, en colaboración con la Escuela Universitaria de Podología de la Universidad de Sevilla y la Sociedad Española de Podología y Pediatría, ha editado diverso material divulgativo dirigido a fomentar el cuidado de esta parte del cuerpo. La atención al pie diabético se incluye dentro de las medidas recogidas en el Plan Andaluz de la Diabetes, desarrollado por la Junta, con el fin de tratar de un modo uniforme esta enfermedad de modo preventivo. La amputación de las extremidades inferiores es uno de los principales inconvenientes que pueden producirse a causa de esta enfermedad, que también puede ser el origen de otros problemas como la patología cardiovascular o la ceguera. Manuel Toledano expone que para la exploración del pie del diabético se usa un *doppler*, un sistema de ultrasonidos de fácil manejo, descrito para su uso en



JUAN MANUEL VACAS

►► Centro de salud ► M. Toledano revisa un pie a un diabético.

### ►► HÁBITOS DE HIGIENE

**Elegir un buen calzado, hacer ejercicio y seguir una dieta adecuada**

atención primaria, que sirve para diagnosticar la arteriopatía periférica, un problema de circulación de las extremidades inferiores más prevalente en los diabéticos. "La arteriopatía periférica supone que las arterias se deterioran y se produce un problema de circulación, por

eso la prueba del *doppler* se ha incluido dentro del control periódico que se realiza al diabético, al margen del seguimiento de su dieta o de la insulina", señala este experto.

### Detección precoz

Como detección precoz de este tipo de complicación, en el centro de salud se realiza al menos un *doppler* al año a los enfermos, por lo que anualmente se hacen entre 550 y 600 pruebas. "Si en este estudio se ve que la arteriopatía periférica es leve

se aconseja al paciente una serie de medidas higiénico-dietéticas, ejercicio, abandono del tabaco y del alcohol para lograr que el problema no progrese y mejore. Sin embargo, cuando se llega tarde en el diagnóstico, el enfermo debe ser derivado al especialista y si el caso es muy grave sólo queda a veces la solución de la cirugía", apunta Toledano.

Este ATS destaca que desde hace unos años se está realizando también en el centro de salud una exploración que ayuda a comprobar si el diabético padece una neuropatía diabética, un problema que afecta a la sensibilidad de las extremidades inferiores y que puede derivar en úlceras en los pies. La mayor esperanza de vida está elevando el número de casos de diabetes entre la población, sobre todo la diabetes de tipo 2. Esta segunda variante puede corregirse muchas veces si el enfermo pierde peso.

Sobre el material divulgativo reseñado anteriormente, Manuel Toledano opina que es un complemento a la consulta del pie diabético y en el mismo se recoge la necesidad fundamental de que estos enfermos conserven sus pies en buen estado y adopten buenos hábitos higiénicos. También es conveniente que usen cremas hidratantes para evitar que la piel se reseque, elegir un calzado adecuado, preferentemente de cuero, cómodo, que se adapte bien y sea ligero de peso. ■