

Consejos

La boca y los pies del diabético

✓ El paciente diabético debe esmerar la higiene bucal, dada la mayor propensión de este tipo de enfermos a padecer infecciones y otras patologías bucales. Asimismo, tiene que saber que sus pies necesitan de un cuidado especial y una vigilancia continua.

✓ Un diabético bien equilibrado no es más propenso que una persona sana a padecer patologías bucales; sin embargo, en el momento que su diabetes se desequilibra sufre con más frecuencia caries. Estas caries son múltiples y atacan a la base de los dientes, complicándose con facilidad. A veces pueden causar la fractura del diente y frecuentemente están enmascaradas por depósitos de sarro.

✓ Para el diabético es imprescindible la limpieza dental, al menos dos veces al día. Se aconseja utilizar un cepillo blando y corto para evitar lesionar las encías y un dentífrico con fluor. Para el enjuague puede utilizarse un elixir o sal común disuelta en agua caliente. Además, es aconsejable aplicar un masaje diario a las encías con los dedos. El empleo de seda o hilo dental puede ser una gran ayuda para la óptima limpieza bucal.

✓ En cuanto a los pies, la condición del diabético hace que puedan ser asiento de ciertas patologías, como la neuropatía diabética, una complicación de la enfermedad que implica a los nervios periféricos, produciendo pérdida de sensibilidad de las extremidades, que hace que el paciente no se dé cuenta de pequeños traumatismos e infecciones. Sus efectos se hacen sentir, sobre todo, en piernas y pies, con hormigeo, falta de sensibilidad, escozor o calambres.