

VIDA SANA

LAS COMPLICACIONES DE LA DIABETES: LA NEUROPATÍA

Textos Abián

Mosquera Fernández,
Pedro Gil Manso y
María Vale

Carrodegua

Profesores de la EU de
Enfermería y Podología de la
Universidad de A Coruña y
diplomada en Enfermería

Foto C. Carballeira

Seguramente para muchos de ustedes la diabetes no sólo no es una desconocida, sino que es probable que gran número de los que hoy leen estas páginas padezcan ya esta enfermedad o

sean firmes candidatos a padecerla en unos años.

Esta alarmante afirmación, sin embargo, ha dejado de ser impedimento hoy día para tener una buena calidad de vida y poder gozar de una vida saludable derivada de un buen control de la enfermedad.

Y es aquí donde está la clave, reduciendo los valores de glucosa en la sangre de forma continuada podrían evitarse a largo plazo muchas de las complicaciones que esta enfermedad trae consigo.

Una de estas complicaciones más frecuentes es la llamada neuropatía diabética, es decir, la afectación de las terminaciones nerviosas que a nivel de las extremidades inferiores permiten a cualquier persona sentir el dolor producido por golpes y discriminar el frío del calor.

Para que se hagan una idea, estos nervios son como "autopistas" encargadas de conectar el sistema nervioso central con el resto del

cuerpo.

Según diversos estudios la afectación de la sensibilidad en personas con diabetes asciende al 25% aunque este porcentaje es variable dependiendo

entre otros de factores como el tiempo de evolución de la enfermedad, el nivel de control de los niveles de azúcar en la sangre, si se padece o no hipertensión arterial y si se tienen hábitos tóxicos.

En caso de aparición de los primeros síntomas es fundamental controlar los factores de riesgo asociados. Lo más corriente es la afectación de los nervios periféricos que van a las extremidades (polineuropatía periférica) y que normalmente afecta a ambos pies con una distribución "en calcetín" es decir avanzando de distal a proximal. Las molestias que pueden apreciarse a nivel de los pies son de predominio nocturno acompañadas de sensaciones de adormecimiento, hormigueo, quemazón y otras sensaciones que finalmente provocan dolor y



pérdida de fuerza muscular.

La polineuropatía distal convierte los pies de la persona diabética en unos pies de riesgo y por tanto su exámen debe convertirse en un hábito diario tal y como recomienda la Asociación Americana de Diabetes (ADA). Evite caminar descalzo y si disfruta de una jornada de playa, es fundamental el lavado de los pies con agua y jabón de pH neutro, para después aplicar una crema hidratante específica para pies que evite la aparición de grietas debida a una piel seca y deshidratada.

Actualmente no existe ningún fármaco que cure la neuropatía diabética pero sí se disponen de diferentes medicamentos que aplicados en forma de crema o vía oral consiguen aliviar las molestias o el dolor cuando aparecen.

CURIOSIDADES

FACTORES DE RIESGO

Factores que aumentan el riesgo de la neuropatía periférica incluyen las cargas virales más altas de VIH, la diabetes, la edad superior a los 50 años, y el consumo de alcohol.

Otros elementos de riesgo se asocian al consumo de cocaína o anfetaminas, o defi-

ciencias de las vitaminas B12 o E.

No se necesita un análisis de laboratorio para diagnosticar la neuropatía periférica. Los signos y síntomas son suficientes. Es posible que haya que hacer pruebas especiales para determinar la causa. Estos análisis miden la corriente eléctrica en los

nervios y los músculos.

La cantidad o velocidad de estas señales eléctricas varía de acuerdo al tipo de neuropatía periférica.

Sin embargo, muchos pacientes con neuropatía periférica no son diagnosticados correctamente.