

**LA OPINIÓN**M^a ISABEL MARTÍN BERROCAL (*)

Pie diabético en personas mayores

Aparece en diabéticos y es una de las manifestaciones de la diabetes mellitus, como consecuencia de los problemas vasculares que esta enfermedad ocasiona.

En el pie diabético existen varias lesiones características que afectan al pie. Desde las úlceras plantares, que son las más frecuentes y que comienzan con un callo en la planta del pie hasta desarrollarse para terminar en una úlcera, hasta abscesos y celulitis, que son infecciones del pie. Por último, tenemos la gangrena del pie, que suele comenzar por un dedo del pie y va avanzando progresivamente hasta afectar al miembro completo.

Como consecuencia de las lesiones del pie diabético, el miembro afectado acaba amputado en un número elevado de los casos. De hecho, el porcentaje de amputaciones en diabéticos está entre el 50 y 70%.

La enfermedad vascular que origina el pie diabético se agrava con un conjunto de factores, como la hipertensión, el tabaco, las glucemias elevadas o tener el colesterol alto.

Con esta enfermedad vascular, las arterias y venas acumulan la grasa en placas hasta que cierran por completo el paso de la sangre. En los diabéticos, el acumulo de grasa en los vasos sanguíneos se produce más rápidamente.

Los signos y síntomas del pie diabético son, por un lado, la afectación vascular, que provoca frialdad en el pie, disminución del riego sanguíneo y dolor en reposo, entre otras. Por otro lado, tenemos la afectación neurológica, que produce hormigueo, ardor, sequedad de la piel del pie, hipersensibilidad, cambios en la coloración del pie y heridas que no cicatrizan. Por último, aparece la gangrena, que es la muerte y putrefacción del tejido del pie.

Se previene manteniendo una buena higiene del pie, lavándolo a diario y secándolo bien, dedo por dedo. Utilizar calcetines de algodón y zapatos cómodos que no rocen y originen heridas.

También es aconsejable realizar ejercicio físico que mejora la circulación sanguínea, visitar al podólogo periódicamente y evitar el tabaco.

(*) Diplomada en Enfermería