

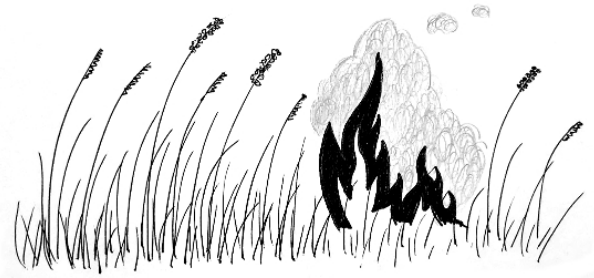
## Señales de una infección en el pie

Una **infección** puede destruir su pie tan rápido como un fuego en el campo con césped seco.

Si tiene una herida (*úlcer*a) en la piel de su pie, revise estos síntomas:

1. Nuevo dolor o hinchazón en el pie
2. Drenaje de líquido .
3. Mal olor
4. Escalofríos, sudores o fiebre.
5. Falta de apetito o náusea.

Si tiene cualquier de estos síntomas, consulte a un médico o vaya a un departamento de urgencias en un centro médico con experiencia **al final del día.**



Folleto escrito y ilustrado por Neal R. Barshes, MD, MPH y traducido por Jorge Miranda, MD. Solo para fines informativos y NO reemplaza el consejo de un médico.

## Plan de acción para la infección de su pie

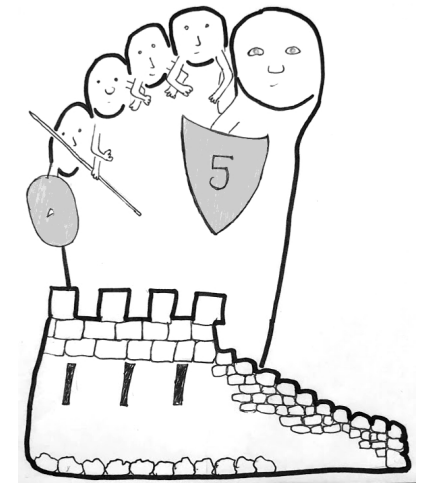
1. Vaya a un hospital de cuidado terciario y con médicos especializados. *NOTA:* Es posible que *no es* el hospital más cercano a su hogar.
2. Pida a un **cirujano** que trate las **infecciones de los pies.**
3. Pida a un **especialista** que pueda verificar (y, si es necesario, *mejorar*) la **circulación a su pie.** Esto podría incluir un cirujano que se especialice en cirugía vascular, cardíaca o general. Algunos otros médicos especializados, como los cardiólogos (especialistas del corazón) o los radiólogos también pueden hacer esto.

Tendrás un **mayor riesgo** de tener una **amputación de pierna** si va a un hospital sin un especialista que pueda tratar la mala circulación.

**USTED** es el defensor más importante para su salud. ¡Sea un elemento activa en su equipo de atención médica!

Tiene diabetes?

# ¡Protega los Pies!



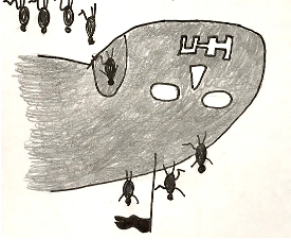
## La diabetes afecta los PIES

Ud. no estaría aquí hoy si no fuera por tus pies. ¡Cuida de ellos!

La piel que está sana y entera es la mejor defensa contra la infección.



En las personas con diabetes es posible desarrollar llagas (*úlceras*) en los pies.



Si no se tratan, estas úlceras pueden permitir la entrada de infecciones y tejido muerto (*gangrena*). Estos problemas pueden ocasionar la pérdida de una parte o la totalidad de su pie (*amputación*).

!La mejor manera de evitar la amputación de una pierna es **mantener la piel sana** en el pie!

## ¿Cuál es mi riesgo?

### ☐ ALTO RIESGO

- Si ha tenido una amputación de un dedo del pie o cualquier otra parte de su pie.
- Si tiene *enfermedad de las arterias periféricas* (mala circulación o “endurecimiento” de las arterias).
- Si recibe diálisis por falla renal.

### ☐ RIESGO MEDIO

- Si tiene *neuropatía* (entumecimiento, no puede sentir la planta de su pie).

### ☐ Riesgo bajo / normal

- ninguno de los riesgos anteriores.

## ¿Qué puedo hacer YO?

1. **Revise tus pies y tus zapatos cada día.** Esté atento a las llagas, cortes, grietas o ampollas. Use un espejo si no puede ver su pie. Mira el interior o el exterior de tu zapato. Consulte a un médico si encuentra un problema.
2. **Deje de fumar - por completo y para siempre.** Los cigarrillos causan problemas de salud devastadores. Busque ayuda por el número de teléfono 1-855-DEJFLO-YA o [espanol.smokefree.gov](http://espanol.smokefree.gov)
3. **Jamás camine descalzo, incluso en su casa.** Use zapatos y calceetines que sean cómodos y bien ajustados.
4. **Trabaje con su médico para controlar la presión arterial, el colesterol y la glucosa (incluido el número *hemoglobina A1c*).**