

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

Plan de acción para la infección de su pie

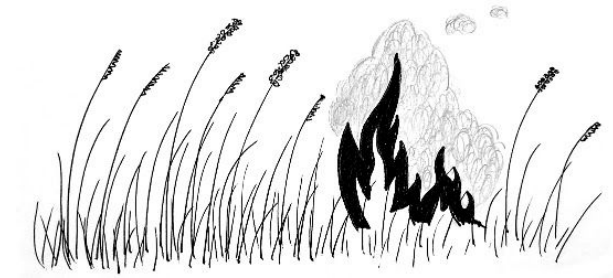
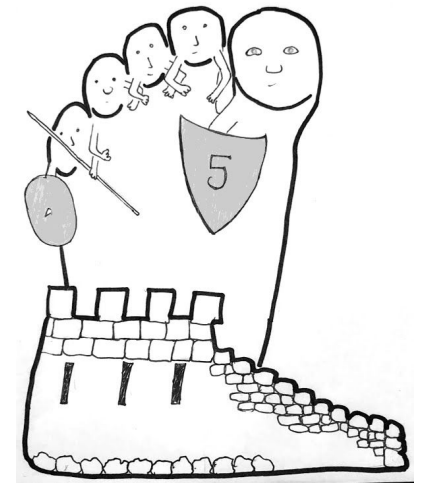
1. Vaya a un hospital de cuidado terciario y con médicos especializados. NOTA: Es posible que *no* sea el hospital más cercano a su hogar.
2. Pida a un **cirujano** que trate las **infecciones de los pies**.
3. Pida a un **especialista** que pueda verificar (y, si es necesario, *mejorar*) la **circulación 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.

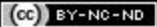
Tendrá un **mayor riesgo** de tener una **amputación de pierna** si va a un hospital sin un especialista que pueda tratar la mala circulación.

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

Tiene diabetes?

¡Proteja los Pies!

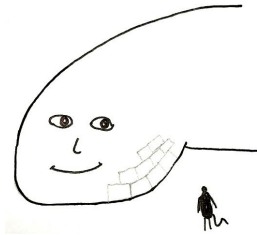


Folleto escrito y ilustrado por Neal R. Barshes, MD, MPH y traducido por Jorge Miranda, MD. Solo para fines informativos y NO reemplaza el consejo de un médico. 

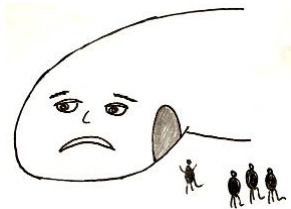
La diabetes *afecta los PIES*

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

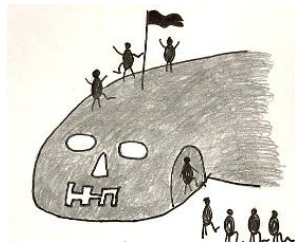
La piel que está sana y entera es la mejor defensa contra la infección.



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 sus pies y tus zapatos cada día.** Esté atento a las llagas, cortes, grietas o ampollas. Use un espejo si no puede ver su pie. Mire el interior o el exterior de su 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-DÉJELO-YA o espanol.smokefree.gov
3. Jamás camine descalzo, incluso en su casa. Use zapatos y calcetines 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*).