

HIGIENE DEL PIE EN PACIENTES DIABÉTICOS

Objetivo

- ✓ Realizar la higiene adecuada del pie en pacientes diabéticos con posibles problemas vasculares o neuropatías, con el fin de evitar la aparición de úlceras y otras complicaciones.

Material

- ✓ Palangana.
- ✓ Jabón neutro.
- ✓ Agua templada.
- ✓ Termómetro.
- ✓ Esponja suave y manopla de algodón.
- ✓ Toalla de algodón.
- ✓ Crema hidratante a base de urea.
- ✓ Guantes.

Procedimiento

Lavado:

- ✓ Lavar los pies diariamente con agua y jabón neutro. La temperatura del agua estará entre 36 y 37 ° C. Antes de iniciar el lavado comprobar la temperatura con el termómetro o introduciendo la punta de codo.
- ✓ Frotar los pies suavemente con la esponja o manopla de algodón.

Secado:

- ✓ Secar los pies sin frotar, con una toalla de algodón, especialmente entre los dedos, para evitar que quede humedad y puedan aparecer lesiones producidas por hongos.

Hidratación:

- ✓ Usar la crema hidratante (a base de urea) para prevenir la sequedad. Extenderla por todo el pie excepto entre los dedos y si hay grietas o heridas.
- ✓ Realizar masajes y ejercicios que estimulen la circulación sanguínea en las zonas sometidas a mayor presión.

Observaciones

- ✓ No dejar los pies a remojo durante largo tiempo (no más de 5 minutos). La piel se reblandece y puede levantarse fácilmente.
- ✓ Si es necesario cortar las uñas se utilizará una tijera de punta roma para evitar que los bordes penetren en los tejidos blandos. Para limar las uñas utilizar limas de cartón. Vigilar su color, engrosamiento, etc.
- ✓ Evitar en lo posible los puntos de presión y el roce de las sábanas.
- ✓ El calzado deberá ser cómodo y holgado y los calcetines de algodón, lana o hilo de colores claros.



Observaciones (continuación)

- ✓ Inspeccionar los pies con mucho detalle:
 - A nivel del empeine y la planta del pie, insistiendo en las zonas de roce o presión.
 - En el dorso, por debajo y entre los dedos, buscando fisuras interdigitales.
 - En los laterales del pie, en especial cuando existan hallux valgus (juanetes).
 - Observar los cambios de color y temperatura.



Bibliografía

- ✓ Consenso internacional del manejo del pie diabético. Holanda, 1999.
- ✓ Curso de Diabetes Nacional en enfermería. Unidad Didáctica 11.Rev. Atención de enfermería al Paciente Diabético , N° 2. 2.001.



Autores

- ✓ Pilar González Aido, Javier Rodríguez Iglesias, Eugenia Campo Martín, M.^a Dolores Otero Fernández, Virginia Eibe Mandiá, Pilar Cardeso Martínez, M.^a Jesús Romero Míguez, Elena Durán Castro.