

Boletín CAIPaDi

¿Cómo indicar calzado en pacientes con diabetes? Recomendaciones para profesionales de la salud.

Se ha demostrado en muchos ámbitos internacionales, que la incidencia de úlceras y amputaciones por pie diabético pueden reducirse en forma considerable realizando acciones preventivas utilizando pocos recursos¹.

La revisión de pies del paciente con diabetes en cualquier consulta es tan importante como tomarle sus signos vitales. Desafortunadamente, en la ENSANUT-MC 2016 se reportó que solo 20% de los pacientes fueron evaluados², lo cual es una grave muestra de inercia clínica.

Ya en la actualidad debe considerarse una consulta de cualquier paciente con diabetes incompleta si no se revisan:

- Pulsos pedios
- Espacios interdigitales
- Uñas
- Plantas para buscar puntos de presión anormales o hiperqueratosis
- Tipo de calzado que usa.

Este último rubro es de suma importancia ya que uno de los mecanismos más frecuentes por el que se originan úlceras por pie diabético, es la fricción o presión constante en zonas específicas del pie ocasionada por el uso de calzado inadecuado. Si este traumatismo es constante en un pie enfermedad arterial periférica o neuropatía distal, es inevitable la formación de una úlcera³.

Recientemente en Australia se realizó una actualización de un documento para recomendaciones de la elección de un calzado adecuado para personas con diabetes⁴, el cual ha servido como pauta para diversos estudios y guías internacionales.

Los autores proponen 10 principales recomendaciones para uso de calzado de acuerdo a la clasificación del riesgo de úlceras en pies (sin riesgo, riesgo

intermedio-alto y con úlceras)⁵, enlistados a continuación:

Para todas las personas con diabetes:

- Uso de zapatos que se adapten a la forma del pie y los protejan. Nunca utilizar zapatos con extremo en punta sino redonda o cuadrada, de piel, sin costuras internas y suela blanda.

- Uso de calcetines (sin resorte) al usar zapatos, para reducir la fricción y presión del zapato con la piel.

- Educación a los pacientes y sus familiares sobre la importancia de usar calzado adecuado para la prevención de úlceras.

Para personas con diabetes y riesgo intermedio o alto de desarrollo de úlceras:

- Motivar a los pacientes para que usen calzado dentro y fuera de casa en todo momento.

- Orientar a los pacientes para que revisen sus zapatos antes y después de usarlos.

- Si presentan alteraciones en la forma del pie o lesiones, considerar la prescripción de calzado personalizado (que puede incluir plantillas ortopédicas de descarga) elaborado por especialistas (ortesta, ortopedista, ingeniero biomédico).

- Revisar la prescripción de calzado cada 3 meses para asegurarse de que se adapte y proteja el pie adecuadamente.

Para las personas con úlceras en pies:

- Si presentan úlceras por pie diabético será indispensable prescribir un zapato de descarga para ayudar a la curación de las úlceras.

Es importante explicar a los pacientes la etapa de riesgo en la que se encuentran, a través de una evaluación integral, que refuerce la importancia del cuidado de pies y uso de calzado adecuado a su condición. Esta acción ha mostrado la reducción de amputaciones y mortalidad por complicaciones de pie diabético.

LNG. EDC. Héctor Infanzón Talango
LN. ED. Francis Rojas Torres
Dr. Sergio Hernández Jiménez
Cuidado de pies – CAIPaDi

Referencias bibliográficas:

1. Abbas ZG, Lutale JK, Bakker K, Baker N, Archibald LK. The 'Step by Step' Diabetic Foot Project in Tanzania: a model for improving patient outcomes in less-developed countries. *Int Wound J* 2011; 8:169-175
2. Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016 (ENSANUT 2016).
3. American Diabetes Association. Standards of Medical Care in Diabetes. Microvascular Complications and Foot Care. *Diabetes Care* 2018; 41: S105-S118
4. Van Netten JP et. al. Diabetic Foot Australia guideline on footwear for people with diabetes. *Journal of Foot and Ankle Research* 2018; 11:2
5. Australian National Health and Medical Research Council (NHMRC) diabetic foot guideline. 2011.