

Como podemos evitar una amputación?

Diseño y realizacion: Dra Nalini
Campillo

Dibujos: Ramiro Manzano



1

No aceptes
consejos del
“vecino” de cómo
cuidar tus Piés



2

Inspecciona tus pies diariamente en busca de cortaduras, moratones, hongos o cambios en la forma del pié



3

Revisa dentro del zapato antes de usarlo en busca de objetos o insectos



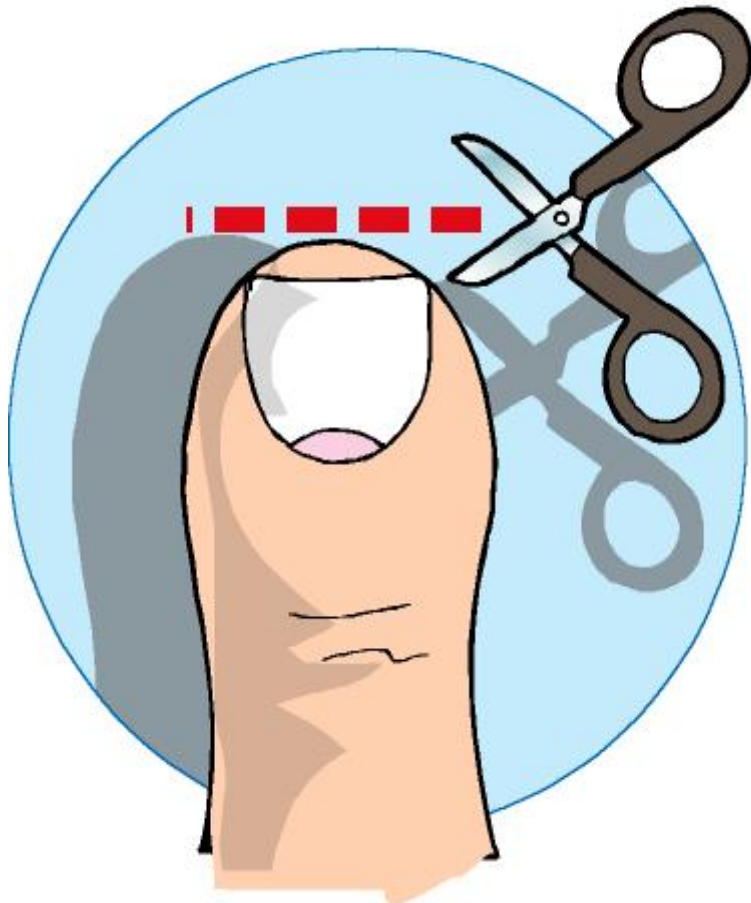
4

No utilices navajas o sustancias químicas para remover callos o verrugas



5

Siempre use zapatos y medias dentro y fuera de la casa



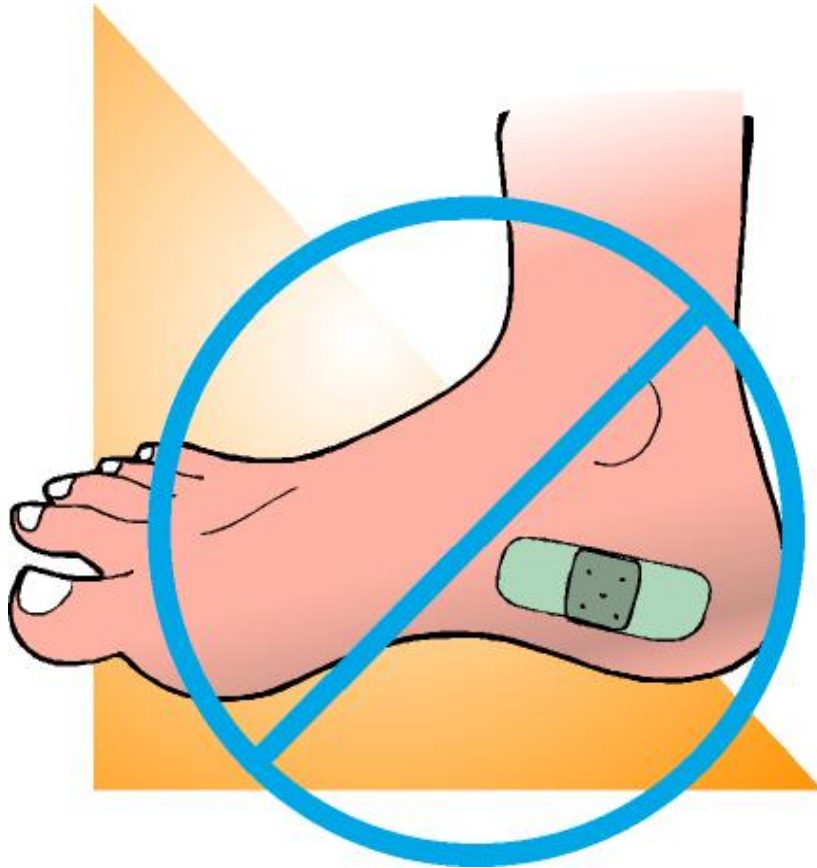
7

Corta tus uñas en línea recta, si no puedes, busca ayuda.



8

Proteja sus pies de condiciones muy calientes o muy frías. No uses baños de agua caliente en los pies



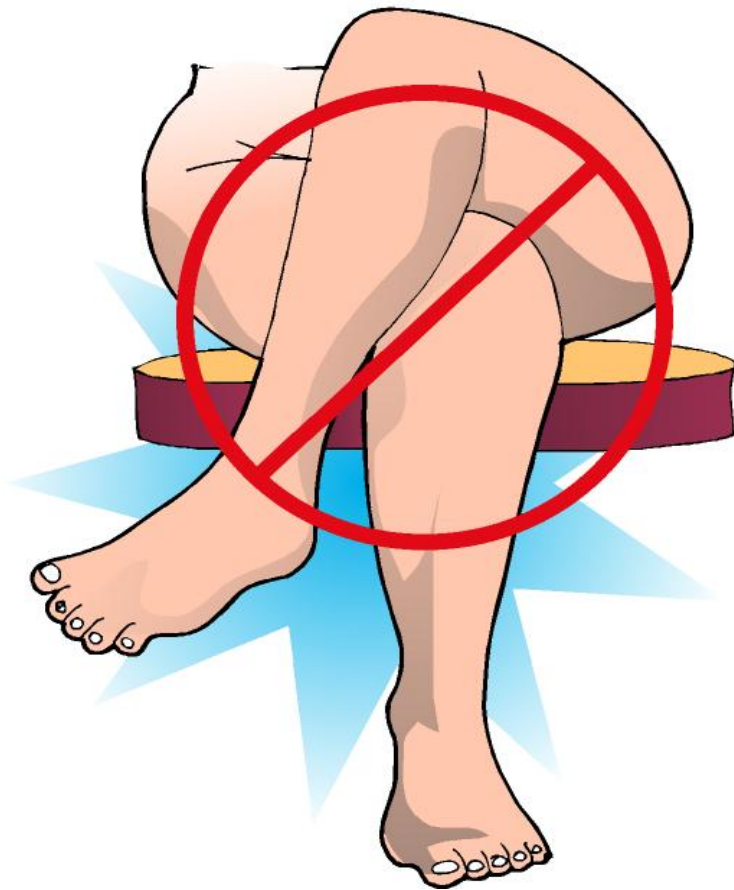
9

Evite usar jabones
antisépticos fuertes o
cinta adhesiva (curita)
en sus pies



10

Lávese los pies
diariamente. Secarse
bien entre los dedos.



11

No cruce las piernas;
Esto produce
impedimento de la
circulación de los pies.



12

Si la piel está reseca;
utilizar loción humectante
sobre el dorso y la planta,
no en el espacio
interdigital.



13

Asegúrese de que el médico diabetólogo revise sus pies en cada consulta.

PREVENCIÓN DE PIÉ DIABÉTICO



14

Todo esto tiene sentido si controlas tus niveles de azúcar

SIEMPRE