

¿Tienes diabetes?: Cuidado con esta complicación que afecta a muchas personas

La diabetes es una enfermedad crónica que afecta a millones de personas. En Chile, según la última Encuesta Nacional de Salud, el 12,3% de la población sufre de diabetes, y esta cifra se eleva a un alarmante 30,6% en los adultos mayores.

La diabetes es una enfermedad que se genera cuando el organismo no puede regular adecuadamente los niveles de azúcar en la sangre. Cuando los niveles de glucosa o azúcar se mantienen elevados por períodos prolongados, esto puede causar daño en los nervios (neuropatía diabética), lo que disminuye la sensibilidad en los pies y aumenta el riesgo de lesiones. Además, la mala circulación sanguínea, otra complicación frecuente en personas diabéticas, también puede contribuir a la formación de úlceras y heridas difíciles de cicatrizar en los pies. Estas úlceras pueden convertirse en infecciones graves que, en muchos casos, terminan en amputaciones si no se tratan de manera oportuna.

Según la Sociedad Chilena de Diabetes, a nivel mundial se realiza una amputación cada seis segundos debido al pie diabético, lo que equivale a más de un millón de amputaciones anuales. En Chile, las cifras son igualmente alarmantes, con más de dos mil amputaciones realizadas cada año, lo que refleja un grave problema de salud pública. Esta situación es aún más preocupante debido al

creciente mal manejo de la enfermedad, la falta de acceso a atención especializada en la curación de heridas y la sobrecarga del sistema de salud durante y después de la pandemia.

El pie diabético es considerado una epidemia creciente, tanto en Chile como a nivel mundial. Se estima que alrededor del 25% de las personas con diabetes desarrollarán una úlcera en el pie en algún momento de su vida, especialmente aquellos pacientes cuya diabetes no está bien controlada. La mayor frecuencia de aparición de estas úlceras se da entre los 45 y 65 años de edad, aunque las personas más jóvenes también pueden verse afectadas.

La enfermera Carolina Saravia, explica que “el pie diabético es una complicación severa que impacta negativamente la calidad de vida de los pacientes. El 35% de las personas con úlceras en el pie diabético suelen enfrentar lesiones mucho más complejas, como infecciones graves, y alrededor del 40% desarrollan gangrena en el pie, lo que puede llevar a la amputación”.

La neuropatía, que es el daño a los nervios periféricos, es el principal factor de riesgo para el desarrollo de úlceras en los pies, ya que reduce la capacidad del paciente para sentir el



dolor y por lo tanto tener lesiones y no darse cuenta. Esto, combinado con la falta de atención adecuada a pequeñas heridas o infecciones, puede desencadenar complicaciones graves. Según Saravia, “la neuropatía, junto con el trauma y las deformidades en los pies, está presente en el 60% de los casos de pie diabético. Esto hace que las lesiones evolucionen más rápidamente hacia infecciones graves que pueden resultar en amputaciones”, comenta la experta.

Además de la neuropatía, la mala circulación sanguínea es otro factor clave en el desarrollo de estas complicaciones. “El riesgo de desarrollar enfermedades arteriales en las extremidades inferiores es entre cuatro y siete veces mayor en la población diabética que en la no diabética, lo que aumenta significativamente la probabilidad de amputaciones y otras complicaciones graves”, refuerza.

Una herida de úlcera del pie diabético, si no se maneja adecuadamente, puede tardar hasta seis meses en sanar correctamente, lo que requiere un proceso continuo de curación y seguimiento médico. Sin embargo, Saravia destaca que los tiempos de curación son significativamente más rápidos, con un promedio de entre dos y cuatro meses para los pacientes que siguen rigurosamente el tratamiento recomendado y mantienen un control adecuado de su diabetes.

Prevenir y tratar el pie diabético

La prevención del pie diabético y sus complicaciones es clave para mejorar la calidad de vida de las personas con diabetes y reducir la carga económica y social que representa. Carolina Saravia hace un llamado a la población diabética a tomar medidas preventivas que pueden marcar la diferencia en la evolución de la enfermedad. “Es crucial realizarse un chequeo anual del nivel de azúcar en sangre, seguir una nutrición adecuada, hacer ejercicio por lo menos tres veces a la semana, y reducir el consumo de azúcares e hidratos de carbono. Además, es fundamental que los pacientes con diabetes se revisen los pies regularmente (todos los días), ya que la detección temprana de cualquier herida o infección puede prevenir complicaciones graves”, comenta.

Por otro lado, el tratamiento adecuado de las úlceras y heridas en los pies es esencial para evitar la progresión hacia infecciones graves.

“El pie diabético es una tragedia para el paciente y su familia, pero también para el sistema de salud, debido a la falta de recursos y la creciente demanda de tratamientos adecuados. Es fundamental que la atención a estos pacientes sea continua y especializada para evitar que situaciones como amputaciones innecesarias se sigan produciendo”, concluye.