



¿Qué es la Insuficiencia arterial?

Es un proceso de mala circulación que evita la llegada de oxígeno y nutrientes, afecta sobre todo a las partes más alejadas del cuerpo (extremidades inferiores), esto predispone a la gangrena y a mayor riesgo de amputación.

¿Cuáles son las causas de Insuficiencia arterial en el diabético?

- Descontrol crónico de la glucosa sanguínea
- Hábito de fumar
- Presión arterial alta constante (mayor a 130/80)
- Obesidad
- Dislipidemias (Triglicéridos o colesterol altos)

¿Cómo se manifiesta la Insuficiencia arterial en el diabético?

- Puede presentarse dolor muscular moderado o severo que aparece con el ejercicio y desaparece con el reposo. Este dolor se presenta con más frecuencia en pantorrilla como un "calambre" aunque puede presentarse en glúteos, muslos o pies.
- Pies fríos y dolorosos en reposo que empeora por las noches y al acostarse y mejora con la posición vertical (Si usted tiene que bajar las piernas de la cama para obtener alivio podría tener insuficiencia arterial).
- Si usted presenta piel reseca, percibe sus uñas gruesas y nota ausencia de vello, dedos azules y dolorosos (Fig. 1)

¿Qué debo hacer ante la sospecha de una insuficiencia arterial?

- Acuda a la brevedad a valoración por su médico
- Evite fumar
- Tome sus medicamentos a las dosis y horarios indicados
- Comience a llevar una dieta baja en grasas saturadas



Fig. 1 Insuficiencia arterial periférica

¿En que consiste el tratamiento de la Insuficiencia arterial?

- Modificación de los factores de riesgo
- Programas de ejercicio individualizados
- Tratamiento farmacológico (vasodilatadores, aspirina, etc.)
- Tratamiento quirúrgico (revascularización) en diabéticos con condiciones adecuadas

¿Cuáles son las complicaciones de un estado hiperosmolar?

- Gangrena
- Amputación de miembros

¿Cómo puedo prevenir la aparición de la insuficiencia arterial?

- Mantenga controlada su glucosa (< 110 mg/dl), presión sanguínea (< 130/80) y sus niveles de colesterol (<200 mg/dl), así como su colesterol LDL menor a 100 mg/dl y el colesterol HDL mayor a 40 mg/dl
- Elimine el tabaco
- Mantenga una actividad física supervisada
- Revise diariamente sus pies y piernas en busca de cambios de coloración, ausencia de vello, cambios de temperatura, presencia de heridas
- Utilice zapatos cómodos y que no aprieten

BIBLIOGRAFIA PARA PACIENTES

1. Sociedad Mexicana de Nutrición y Endocrinología, Manual de ayuda de "La consulta en Diabetes", 2006 Editora Científica Médica Latinoamericana S.A de C.V.
2. www.abcmedicus.com