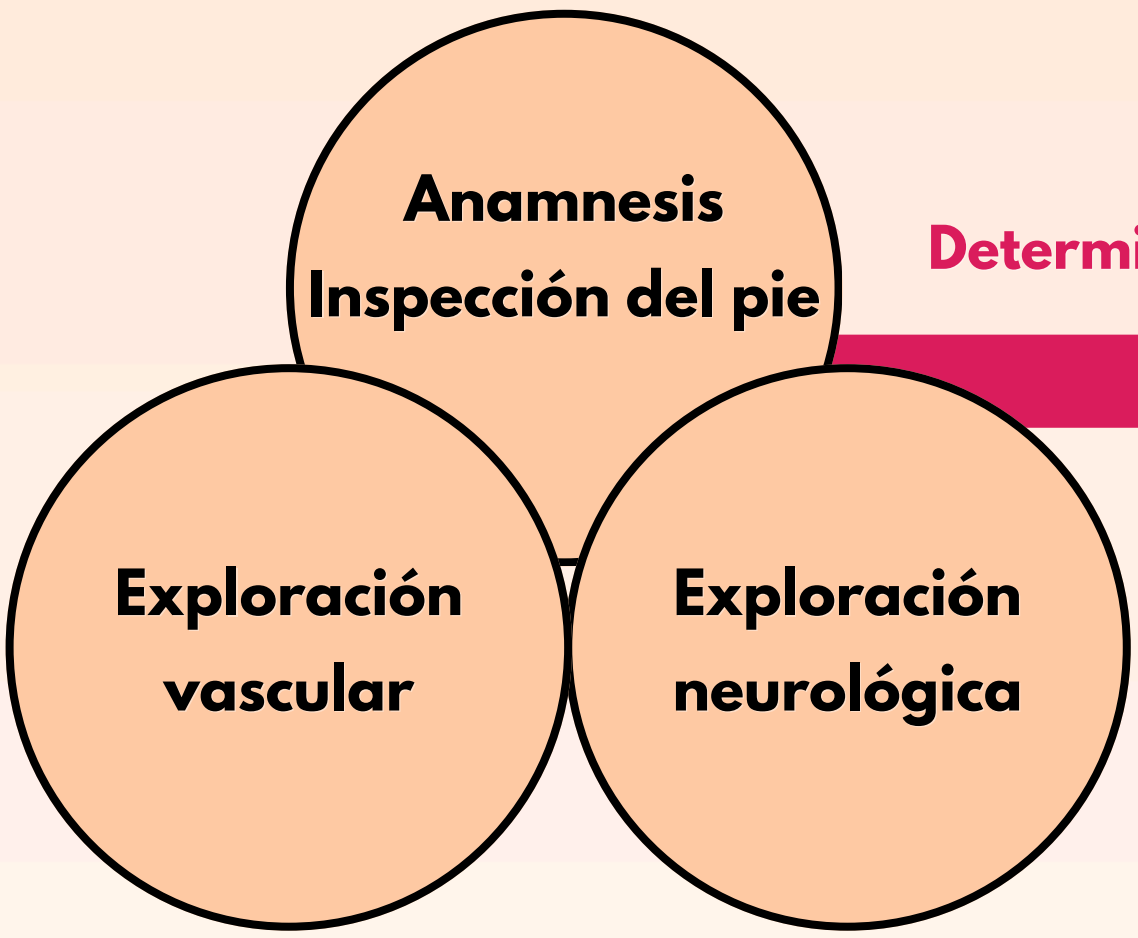
Clasificación del riesgo de PIE DIABÉTICO

seher
Sociedad Española de Heridas

Entre el 40-50% de las lesiones de pie diabético se pueden evitar con programas integrales para el cuidado de los pies que incluyen:

- ✅ Examen periódico de los pies
- ✅ Clasificación del riesgo
- ✅ Educación en autocuidados



Sistema de estratificación del riesgo del IWGDF

Categoría	Riesgo de Ulceración	Características	Frecuencia*
0	Muy bajo	No PSP y no signos de EAP	1 vez al año
1	Bajo	PSP o EAP	Una vez cada 6-12 meses
2	Moderado	PSP + EAP, o PSP + deformidad del pie o EAP + deformidad del pie	Una vez cada 3-6 meses
3	Alto	PSP o EAP, y uno o más de los siguientes: - Antecedentes de úlcera en el pie - Amputación en miembros inferiores (menor o mayor) - Enfermedad renal en fase terminal	Una vez cada 1-3 meses

Nota: PSP = Pérdida de Sensación Protectora; EAP = Enfermedad Arterial Periférica; * La frecuencia de cribado se basa en la opinión de expertos, ya que no existe evidencia publicada que respalden estos intervalos.

Monteiro-Soares M, Hamilton EJ, Russell DA, Srisawasdi G, Boyko EJ, Mills JL, et al. Guidelines on the classification of foot ulcers in people with diabetes (IWGDF 2023 update). Diabetes/Metabolism Research and Reviews [Internet]. 2023 May 14

En base al riesgo, este sistema planifica y estructura la educación en autocuidados y la frecuencia de las revisiones

RECOMENDACIONES

Control glucémico óptimo

(Niveles más altos de HbA1c están asociados con un mayor riesgo de EAP)

Control factores de riesgo cardiovascular

- TABACO (Los fumadores tienen de 4 a 6 veces más riesgo de desarrollar EAP)
- COLESTEROL
- HIERTENSIÓN

Practicar actividad física regularmente

Inspección diaria de los pies

Higiene e hidratación evitando espacios interdigitales

Cuidado de las uñas (cortar en línea recta)

Revisión periódica por un podólogo

Uso de calzado adecuado

Medidas generales

- Evitar caminar descalzo, sin calcetines o en chanclas
- Evitar fuentes de calor externas (estufa, manta eléctrica, bolsa de agua caliente...)
- Evitar callicidas o agentes químicos

Ante cualquier lesión solicitar valoración por un profesional