

Neuropatía diabética

Aproximadamente la mitad de las personas con diabetes tiene alguna forma de neuropatía.

¿Qué es la neuropatía diabética?

La **neuropatía diabética** es un grupo de trastornos nerviosos que pueden causar adormecimiento y dolor. Puede involucrar varios nervios del cuerpo, incluidos los pies, piernas, brazos y órganos internos como el corazón, el sistema digestivo y los órganos sexuales. Puede estar involucrado un nervio particular, pero en la mayoría de los casos, se presenta un patrón de neuropatía que afecta muchos nervios y diferentes ubicaciones (**polineuropatía**). Mientras más tiempo tenga diabetes una persona, más elevado es el riesgo de desarrollar neuropatía. Los niveles elevados de glucosa sanguínea y lípidos, la dificultad para que los nervios reciban suministro de sangre, la obesidad, la presión arterial alta, fumar y el consumo de alcohol son factores que pueden contribuir al desarrollo de neuropatía diabética. Algunas personas tienen una susceptibilidad hereditaria y son más propensas a la neuropatía diabética. Un artículo publicado en el número de *JAMA* del 24 de noviembre de 2015 analiza el diagnóstico y tratamiento de la polineuropatía simétrica distal.

Signos y síntomas

Las personas desarrollan diferentes problemas según el tipo específico y la ubicación de la neuropatía. Con mayor frecuencia, los pacientes informan un hormigueo o sensación de ardor o adormecimiento en los pies y manos en un patrón similar a una media o un guante en ambas extremidades. Puede presentarse un aumento de la sensibilidad al tacto y grados variables de dolor. Puede producirse pérdida de masa muscular en los pies, las piernas, las manos y la cadera junto con dificultades para caminar, mantener el equilibrio y la coordinación. Con el adormecimiento de los pies, es posible que los puntos de presión del calzado no se sientan, lo que puede ocasionar úlceras e infecciones. Este problema puede derivar en una amputación. Si están involucrados los nervios de los órganos internos, es posible que se produzca dificultad para tragar, indigestión, náuseas o vómitos, diarrea o estreñimiento. Pueden producirse mareos o desmayos al sentarse o ponerse de pie debido a la disminución de la presión arterial, así como también un aumento del ritmo cardíaco en reposo, problemas para orinar, disfunción eréctil o sequedad vaginal.

Diagnóstico y atención

Los nervios de los pies son los nervios más largos del cuerpo y suelen ser los primeros nervios afectados. Los pacientes con diabetes deben realizarse un examen de pie detallado todos los años para detectar signos tempranos de neuropatía diabética. Esta evaluación incluye pruebas de la piel, los músculos, los huesos, la circulación y la sensación de los pies. Se presta especial atención a la sensación de los pies y la capacidad de sentir un pinchazo, frío o una vibración en los dedos de los pies en comparación con los muslos. La afectación de los órganos internos puede requerir la atención de especialistas. La parte más importante del tratamiento de la neuropatía diabética es lograr un buen control de los niveles de glucosa sanguínea. Los pacientes que fuman deben dejar el hábito para ayudar a reducir problemas relacionados con la neuropatía. Existen medicamentos para ayudar a manejar el dolor causado por la neuropatía. El cuidado de los pies por parte del paciente

Autora: Dra. Aria A. Razmaria, MSc

Fuentes: National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases, Mayo Clinic
Rutkove SB. A 52-year-old woman with disabling peripheral neuropathy: review of diabetic polyneuropathy. *JAMA*. 2009;302(13):1451-1458.

Cuidado de los pies para pacientes con neuropatía diabética
Cuando los nervios de los pies están dañados, es importante cuidar los pies con regularidad.



Limpie sus pies diariamente y use lociones humectantes.



Lleve a cabo un autoexamen de los pies todos los días. Use un espejo si no puede ver directamente la planta de sus pies.



Busque rasgaduras o bordes afilados en los zapatos.



El autoexamen diario debe incluir una inspección minuciosa para detectar enrojecimiento, cortes, inflamación y ampollas.



desempeña un papel fundamental: esto incluye examinarlos a diario usando un espejo para detectar manchas rojas, cortes, inflamación o ampollas. Además, cortar y limar cuidadosamente las uñas, usar lociones humectantes regularmente, usar medias gruesas, suaves y sin costuras y utilizar un calzado que se ajuste correctamente y que permita que los dedos se muevan ayudan a prevenir úlceras.

PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN

National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (Instituto Nacional de la Diabetes, las Enfermedades Digestivas y Renales)

www.niddk.nih.gov/health-information/health-topics/diabetes/diabetic-neuropathies-nerve-damage-diabetes/pages/diabetic-neuropathies-nerve-damage.aspx

Mayo Clinic

www.mayoclinic.org/diseases-conditions/diabetic-neuropathy/basics/symptoms/con-20033336

+ Para encontrar esta y otras Hojas para el Paciente de JAMA anteriores, vaya al enlace de Patient Page (Hoja para el Paciente) del sitio web de *JAMA* en www.jama.com. Las traducciones al español están disponibles en la pestaña de contenido complementario.

La Hoja para el Paciente de JAMA es un servicio al público de *JAMA*. La información y las recomendaciones que aparecen en esta Hoja son adecuadas en la mayoría de los casos, pero no reemplazan el diagnóstico médico. Para obtener información específica relacionada con su afección médica personal, *JAMA* le sugiere que consulte a su médico. Los médicos y otros profesionales de atención médica pueden fotocopiar esta Hoja con fines no comerciales para compartirla con los pacientes. Para comprar reimpresiones en grandes cantidades, llame al 312/464-0776.