

Complicaciones de la Diabetes: Enfermedad de los Nervios

Su sistema nervioso es una red compleja de nervios que tiene en todo su cuerpo, transmitiendo mensajes de ida y regreso al cerebro. Los nervios ayudan a que sienta el calor, el frío, presión, placer y dolor. Mantienen a todo su cuerpo funcionando como debe hacerlo.

Pero cuando uno tiene la diabetes Tipo 2, estos nervios delicados se pueden dañar. Niveles altos de glucosa y otras sustancias pueden reducir la circulación de sangre por todo su cuerpo, y dañar vasos sanguíneos que dotan oxígeno y nutrientes a las fibras de los nervios.

El daño puede provocar que algunas células de los nervios pierdan su habilidad para transmitir señales de la misma manera que antes. Esto se conoce por neuropatía.

La diabetes lo pone en riesgo de una neuropatía, pero su riesgo puede aumentar si: si tiene frecuentes niveles descontrolados de glucosa en la sangre, tiene sobrepeso, fuma o usa tabaco, tiene enfermedades renales, ha tenido diabetes por mucho tiempo.

"Antes de ser diagnosticada con diabetes, me molestaban los pies. Tenían esta sensación de hormigueo, y no me dejaban dormir durante la noche, pero nunca pensé que fuera una indicación de que tenía diabetes."

La neuropatía puede causar dolor, pérdida de sensación y debilidad muscular, normalmente en las manos, pies y piernas. La neuropatía también puede afectar cómo funcionan el corazón, la vejiga, el sistema digestivo y los órganos sexuales.

La neuropatía junto a la disminución de circulación de sangre por su cuerpo puede tener un efecto serio en la salud de sus pies y piernas.

Por ejemplo, es posible que no sienta si se corta o tiene una herida en el pie debido a la neuropatía. Esto y la circulación reducida de sangre, puede causar que sea difícil que sane una cortada. Dando como resultado una infección. Los niveles altos de glucosa pueden hacer que sea más difícil para su cuerpo combatir infecciones.

La combinación de estas fuerzas resulta en pequeñas infecciones que pueden volverse serias y terminar en amputaciones.

Pero esto no tiene que suceder. Haga cita con su equipo de cuidado para la diabetes regularmente, para detectar como responden los nervios. Debe avisarle a su equipo de cuidado de la diabetes si tiene dolor en las piernas, una sensación de hormigueo; o piernas frías, que podrían significar daño a los nervios o mala circulación en los pies y piernas.

Con frecuencia, los síntomas son leves al inicio, y debido a que la mayoría del daño a los nervios ocurre a través de varios años, los casos leves pueden pasar desapercibidos por mucho tiempo. Sin embargo, si se diagnostica y se trata temprano, la neuropatía se puede controlar y es posible que retrase su progresión.

Para prevenir o evitar la neuropatía y los problemas de salud serios que puede provocar, debe de mantener bajo control su nivel de glucosa. Si mantiene sus niveles de glucosa en niveles saludables, puede proteger a todos los nervios en su cuerpo, así que debe tomar acción para mantener su glucosa dentro del rango deseado.

Haga cita con su equipo de cuidado para la diabetes para que repasen con usted sus resultados regularmente y hagan cambios a su plan de manejo si es necesario.

Este programa es unicamente para uso informativo. El editor se exime de todas las garantías en cuanto a la efectividad, integridad o capacidad de este vídeo como fuente para la toma de decisiones médicas. Por favor, consulte a su equipo médico si tiene problemas de salud.

healthclips

Complicaciones de la Diabetes: Enfermedad de los Nervios

Y tenga cuidado especial de sus piernas y pies.

Use zapatos y calcetines que le queden bien y estén acolchonados. Compre zapatos al final del día, cuando tiene los pies más hinchados, para que le queden mejor.

Mantenga sus pies limpios y secos. La crema puede ayudar a que sus pies no se resequen y que se agrieten, pero nunca use crema entre los dedos.

Debe revisar sus pies a diario, y reportar cualquier cosa inusual a su profesional médico, como: si las uñas de los dedos del pie se están poniendo grises o azules y no son transparentes o color rosa, si nota que pierde pelo en los pies y piernas, o si se corta, tiene ampollas o llagas -especialmente las que no sanan.

Debe de ir al podiatra o con su profesional médico una vez al año para que le revise con cuidado los pies.

"No tengo problemas con los pies, pero voy porque soy diabética."

Cuando uno tiene Diabetes Tipo 2 corre mayor riesgo de tener Neuropatías y esto puede resultar en problemas graves de salud, incluyendo amputaciones. Trabaje con su equipo de cuidado para la diabetes para tomar acción y mantenga controlados sus niveles de glucosa, para que pueda prevenir o retrasar enfermedades de los nervios, y para poder gozar de todo lo que la vida le ofrece.