

AUTOCUIDADO Y EMPODERAMIENTO DEL PACIENTE CON RIESGO DE ÚLCERA DE PIE DIABÉTICO CON PRODUCTOS DE ACEITE OZONIZADO

AUTORES: Rosa Gómez Jurado, Érika Fondo Álvarez, Silvia Cerame Pérez

○ INTRODUCCIÓN:

La diabetes es la causa más frecuente de amputación del pie en países desarrollados. Muchas de estas amputaciones se podrían evitar, si se realizasen las acciones preventivas y autocuidados de manera correcta.

○ OBJETIVO:

Incrementar el número de pacientes que asumen un protagonismo activo en su autocuidado para prevenir úlceras de pie diabético y mantener el cuidado con productos ozonizados.

○ MATERIAL Y MÉTODO:

Creación de una infografía para incrementar los conocimientos sobre educación sanitaria y el autocuidado de los pacientes con riesgo de padecer úlcera de pie diabético, con el fin de que los pacientes de riesgo sepan cómo y cuándo utilizar los productos ozonizados en función al estado y características que presenten en la piel como prevención.

Mediante una sistemática simple y fácil de recordar, a través de unas imágenes sintéticas, explicativas y fáciles de entender con el fin de comunicar la información sobre prevención y mantenimiento de la piel, de una manera visual para facilitar su transmisión.

○ DISCUSIÓN:

Esta infografía es un tipo de medida adecuada para informar de manera sencilla y rápida al paciente; y así conseguir pacientes empoderados en prevenir la úlcera de pie diabético.

○ RESULTADOS:

Se ha conseguido aumentar el número de pacientes que asumen un autocuidado activo, empoderando los cuidados en prevención con los productos ozonizados a través de esta sencilla infografía.

CUIDADOS DEL PIE DIABÉTICO

1



· En piel irritada o con picor, lavar con **Jabón de aceite ozonizado en pastilla**
· En piel sana, lavar con **Jabón syndet aceite ozonizado**

2



Retirar costras suavemente y sin forzar, emplear agua tibia, esponja y **Jabón de aceite ozonizado en pastilla**

3



Secar bien la piel sin frotar, insistiendo entre los dedos

4



· En piel seca o alterada, aplicar **Crema de aceite ozonizado**
· En piel enrojecida, inflamada y que pueda tener picor, alternar **Crema de aceite ozonizado y Aceite ozonizado**

5



Para prevenir futuras alteraciones, hidratar diariamente con **Crema de aceite ozonizado**

PREVENCIÓN DEL PIE DIABÉTICO



No caminar descalzos



Mantener siempre los **pies limpios**



No realizar la higiene con agua muy caliente ni muy fría, **con agua tibia**



Comprobar la temperatura **con la mano**



Realizar secado minucioso de los pies, sobre todo entre los espacios interdigitales. No frotar, secando a toques para no dañar la piel



Hidratar diariamente los pies. No aplicar crema entre los dedos



Acudir una vez al mes a un podólogo para realizar corte de uñas. No se debe de estar más de 3 meses sin acudir al podólogo



No calentar los pies con mantas eléctricas o bolsas de agua calientes



No debéis utilizar botas, sandalias o zapatos de tacón; si no calzado apropiado para pie diabético.



No fumar



No utilizar cinta adhesiva o apósitos que se adhieran a la piel