

## Neuropatía periférica (sensoriomotora)

### SÍNTOMAS

Este es el tipo más común de daño en los nervios. Puede afectar las manos, los brazos, los pies y las piernas. Lea la lista de abajo. Haga una marca junto a cualquier síntoma que tenga y lleve esta lista a su próxima cita médica.

#### Hormigueo

- Tengo hormigueo en los pies.
- Siento como pinchazos en los pies.

#### Dolor o más sensibilidad

- Tengo ardor o dolores punzantes en los pies.
- Tengo los pies muy sensibles al tacto. Por ejemplo, a veces el roce de la ropa de cama con los pies me causa dolor.
- A veces tengo la sensación de tener puestos calcetines o guantes cuando no es el caso.
- Me duelen los pies de noche.
- Las manos y los pies se me ponen muy calientes o muy fríos.

#### Entumecimiento o debilidad

- Tengo los pies entumecidos y los siento muertos.
- No siento dolor en los pies, ni siquiera cuando tengo ampollas o lesiones.
- No siento los pies cuando camino.
- Tengo debilidad de los músculos en los pies y las piernas.
- Me falla el equilibrio cuando me paro o camino.
- Casi no siento calor o frío en los pies o las manos.

#### Otros

- Me parece como que los músculos y los huesos de los pies han cambiado de forma.
- Tengo llagas abiertas (o úlceras) en los pies y las piernas. Estas llagas sanan muy lentamente.

### DIAGNÓSTICO

Exámenes de pies. Su proveedor de servicios médicos debe revisarle los pies en cada consulta en busca de heridas, llagas, ampollas u otros problemas. Como recordatorio, quítese los zapatos y calcetines cuando esté en la sala de examen.

Hágase un examen completo de los pies anualmente. Si ya tiene problemas de los pies, haga que se los revisen más a menudo. Un examen completo de los pies incluye la piel, los músculos y huesos, y el flujo sanguíneo. Su proveedor también determinará si tiene menor sensibilidad en los pies al tocarlos con un monofilamento. Tiene la apariencia de un trozo rígido de hilo de nylon para pescar o de cepillo de cerdas para el cabello.

Otras maneras de examinar los nervios incluyen el uso de un diapasón. Es posible que se lo pongan en los pies para ver si usted puede sentir su movimiento.

Estudios de conducción neurológica y electromiografía (EMG). Si el médico piensa que es posible que tenga daño a los nervios, quizá lo mande a hacer pruebas de la función de los nervios de los brazos y las piernas. Los estudios de conducción neurológica detectan la velocidad con la que los nervios envían mensajes. Una EMG detecta cómo funcionan juntos los nervios y músculos.

## TRATAMIENTO

Para el tratamiento del daño en los nervios, debe mantener su nivel de glucosa en la sangre dentro de los límites deseados, controlar el dolor y protegerse los pies. Muchas personas se deprimen cuando tienen daño en los nervios y es posible que necesiten medicamentos para la depresión, además de terapia.

### Medicamentos

Hay medicamentos para aliviar el dolor y reducir el ardor, entumecimiento y hormigueo. Algunos de estos son conocidos por su uso en otras enfermedades, pero de todos modos parecen ayudar a las personas con daño neurológico. Además de los analgésicos de venta sin receta, su médico le puede recetar otros medicamentos para el dolor de la neuropatía periférica.

### Otros tratamientos para el dolor

Hay muchas otras maneras de aliviar el dolor.

- Se puede frotar en la piel un una crema de capsaicina hecha con pimientos picantes.
- Un dispositivo de TENS (estimulación neurológica transcutánea) que bloquea las señales de dolor.
- Relajación, hipnosis o biorretroalimentación (biofeedback)
- Acupuntura
- Terapia de energía fotónica

Se pueden encontrar más volantes sobre este tema y otros en <http://professional.diabetes.org/PatientEd>

Para obtener más información, visite [diabetes.org/espanol](http://diabetes.org/espanol) o llame al 1-800-DIABETES