

**Úlcera Venosa:** es una lesión producida en los miembros inferiores que lleva a una obstrucción o reflujo sanguíneo, generando daño en la pared de las venas y las válvulas que controlan el paso del flujo, se ubican en la cara interna y externa del tobillo, son muy exudativas y producen dolor moderado.

**Úlcera Arterial:** es una lesión producida por daño en la pared de las arterias, en la cual existe compromiso del flujo sanguíneo. Se presentan generalmente en cara antero lateral del pie o región posterior de la pierna.

**Úlcera de pie diabético:** es una lesión producida en pacientes que sufren diabetes; esta enfermedad ocasiona disminución de la sensibilidad frente al dolor y los cambios de temperatura (neuropatía). Se pueden producir grietas, traumas o heridas sin que el paciente sienta ningún tipo de dolor.

Las siguientes son las recomendaciones generales para el cuidado del paciente en la casa. Si después de leerlas o aplicarlas, presenta alguna inquietud, puede comunicarse al correo: [educacionparalasalud.cub@upb.edu.co](mailto:educacionparalasalud.cub@upb.edu.co). Para conocer más sobre este y otros temas ingrese a [www.clinicauniversitariabolivariana.org.co/clinica/guias-educativas](http://www.clinicauniversitariabolivariana.org.co/clinica/guias-educativas)

#### RECOMENDACIONES GENERALES

- No manipule los vendajes o apósitos utilizados durante la curación, esto puede aumentar el riesgo de infección o retardar el proceso de cicatrización.
- No aplique sobre las heridas productos caseros (café, gelatina, tomate, penca de sábila u otro).
- Tome los medicamentos ordenados por su médico tratante.

#### PARA EL CUIDADO DE ÚLCERA VENOSA

- Cumpla con las siguientes medidas para controlar la hinchazón:
  - Eleve la extremidad 3 veces al día durante 20 minutos para mejorar el retorno venoso.
  - Eleve la parte inferior de la cama 15 cm.
  - Lubrique la piel con crema de pH neutro.
  - Utilice la media de compresión según recomendación médica.
  - No permanezca extensas jornadas de pie.
  - Camine una vez a la semana durante 30 minutos para fortalecer la bomba muscular.

#### PARA EL CUIDADO DE ÚLCERA ARTERIAL

- Evite fumar.
- NO PONGA COMPRESION EN UNA ÚLCERA ARTERIAL. Esto puede interrumpir el flujo de sangre en la extremidad.

## PARA EL CUIDADO DEL PIE DIABÉTICO

- No suspenda los hipoglucemiantes o medicamentos ordenados por su médico tratante.
- Consulte si presenta sensación de hormigueo o tumefacción, dolor punzante o sensación de ardor en sus pies.
- No retire los callos "hiperqueratosis". Esto será realizado en la curación por personal entrenado.
- Lime las uñas al contorno de los dedos o realice corte recto que evite lesiones de bordes. No deje puntas laterales.
- Realice revisión de sus pies dos veces al día, sentado, con una visual adecuada de sus pies; inicie por la revisión de las uñas, región interdigital y región plantar en busca de grietas, lesiones o fisuras.
- Lubrique los pies 2 veces al día, puede utilizar cremas con pH neutro, no deben contener alcohol, preferiblemente cremas con buena capacidad de hidratación.
- El zapato utilizado debe ser cómodo, no utilice zapatos puntudos, ya que pueden producir lesiones en los dedos, evite costuras o adornos en los zapatos que puedan causar lesiones por presión.
- No utilice tacones.
- No lave sus pies más de 5 minutos, se puede producir maceración de la piel y lesiones por humedad.
- NUNCA camine descalzo, en superficies calientes o muy frías y con zapatos plásticos.
- Utilice medias de algodón.

## Consulte inmediatamente a su Médico o acuda al centro de salud más cercano si presenta:

- Piel enrojecida, caliente o endurecida alrededor de la herida.
- Salida de pus o sangre negra por la herida.
- Mucha hinchazón en la pierna.
- Temperatura mayor de 38°C.
- Dolor que no cede al uso de los analgésicos.

### Recuerde:

Para el éxito de su tratamiento es muy importante que usted tome todos los medicamentos ordenados, asista a las citas de control y cumpla estrictamente con estas recomendaciones.