

HERIDAS, ESTOMAS Y PIE DIABÉTICO:

MOD I: ANATOFISIOLOGÍA / GENERALIDADES

Dr. Ángel H. Albores Ríos

ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL PIE



Pie

- Es el segmento distal del miembro inferior que tiene como límite superior:
 - *Una línea imaginaria trazada a 1cm por debajo de los maléolos.*
- Presenta dos caras:
 - *Una cara libre conocida como el dorso del pie.*
 - *Una cara que está en contacto con el suelo conocida como planta.*

Sistema óseo

Lo constituyen los huesos de:

TARSO

- Astrágalo
- Calcáneo
- Cuboides
- Navicular
- Cuneiformes o cuñas

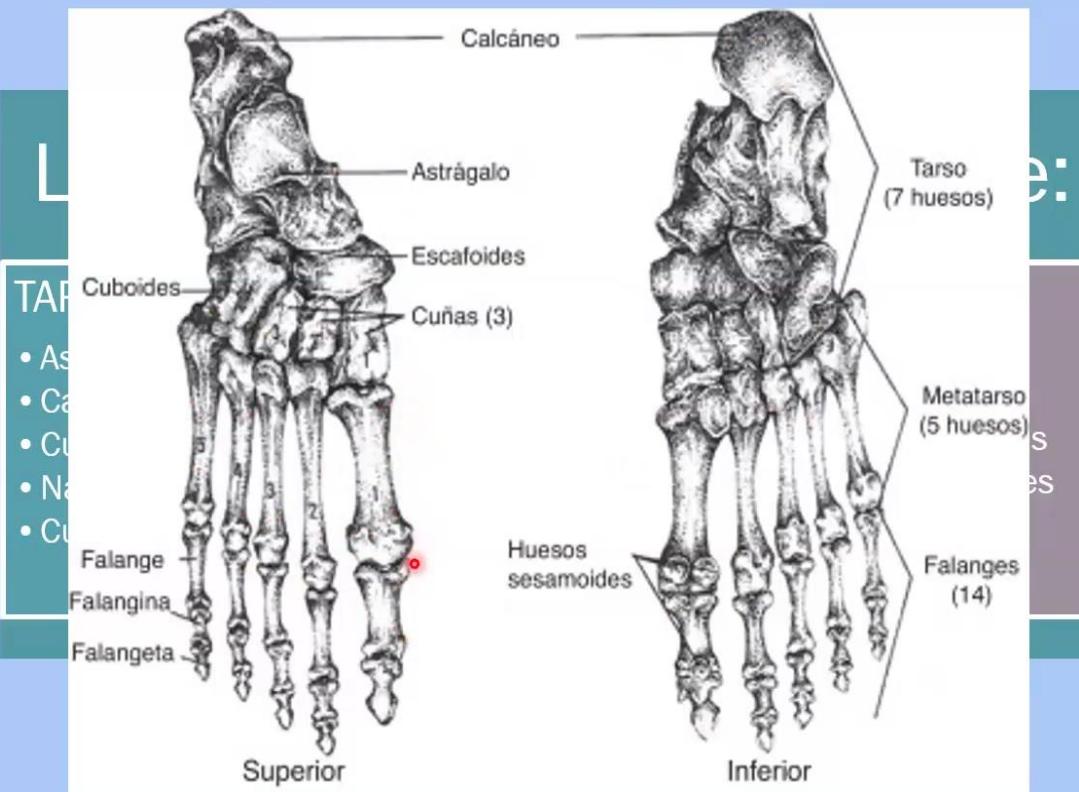
METATARSO

- 1 metatarsiano
- 2 metatarsiano
- 3 metatarsiano
- 4 metatarsiano
- 5 metatarsiano

FALANGES

- 5 falanges proximales
- 4 falanges medias
- 5 falanges distales

Sistema óseo





Sistema muscular

- Músculos de la primera capa de la planta del pie
 - - *ABDUCTOR DEL DEDO GORDO (Primer ortejo):*
 - Nervio plantar medial
 - Abduce y flexiona el primer dedo
 - *ABDUCTOR DEL DEDO PEQUEÑO (Quinto ortejo):*
 - Nervio plantar lateral
 - Abduce y flexiona el quinto dedo
 - *FLEXOR CORTO DE LOS DEDOS:*
 - Nervio plantar medial
 - Flexiona los cuatro dedos laterales

Sistema muscular

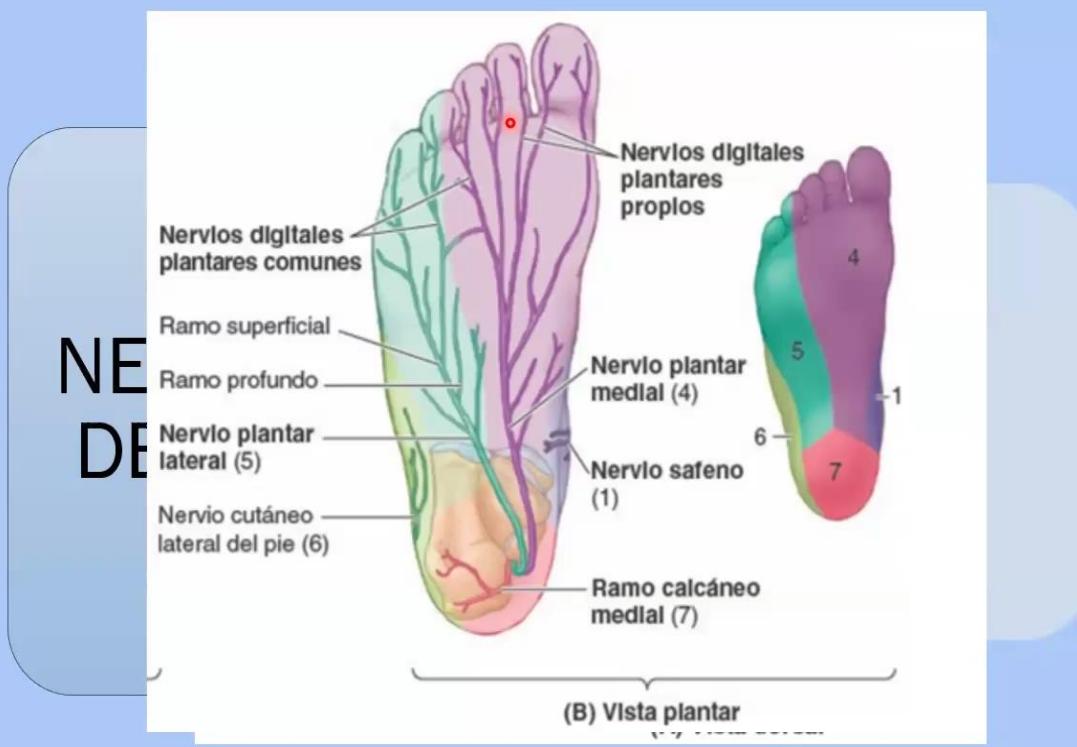
- Músculos de la cuarta capa de la planta del pie
 - *INTEROSEOS PLANTARES:*
 - Nervio plantar lateral
 - Aduce los dedos y flexiona las articulaciones metatarsofalángicas.
 - *INTEROSEOS DORSALES:*
 - Nervio plantar lateral
 - Aduce los dedos y flexiona las articulaciones metatarsofalángicas

Estructuras vasculonerviosas

NERVIOS DEL PIE

- Safeno: sensitivo
- Fibular superficial: mixto
- Fibular profundo: motor
- Plantar medial: mixto
- Plantar lateral: mixto
- Sural: sensitivo
- Ramos calcáneos: sensitivo

Estructuras vasculonerviosas

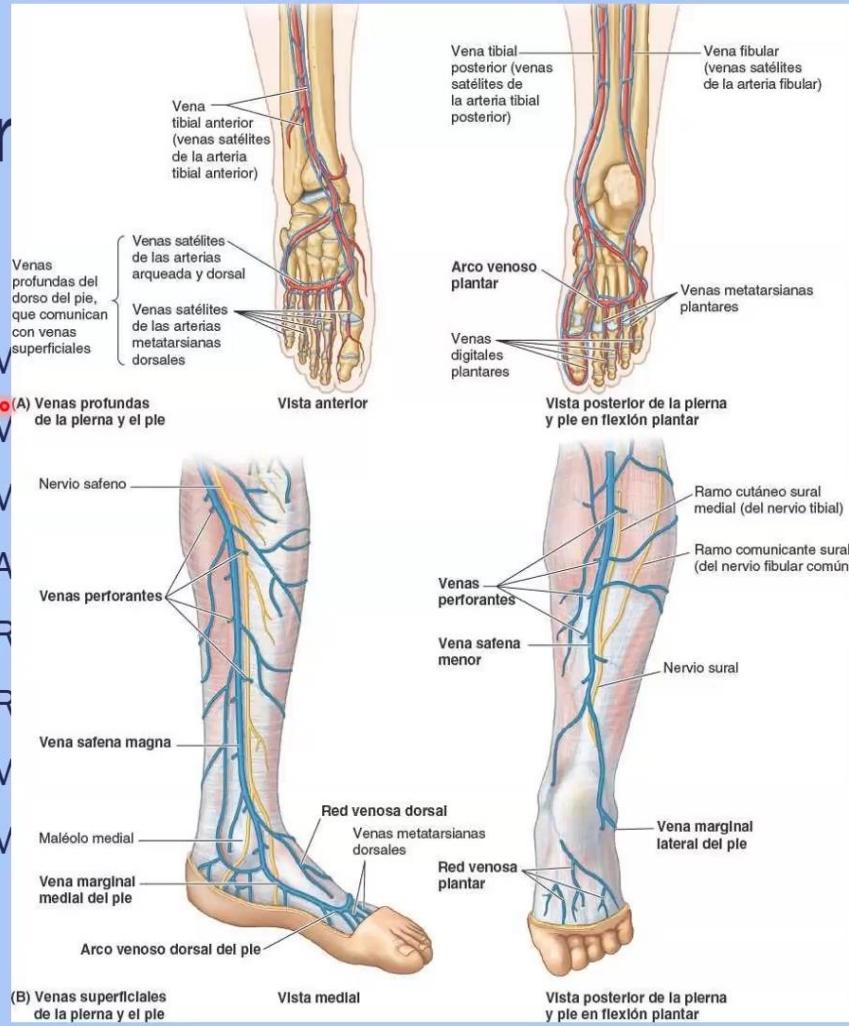


Drenaje venoso del pie

- Venas perforantes
- Venas metatarsianas dorsales
- Venas digitales plantares
- Arco venoso dorsal del pie
- Red venosa dorsal
- Red venosa plantar
- Vena marginal media: vena safena magna
- Vena marginal lateral: vena safena menor

Dr

- V
- V
- A
- R
- R
- V
- V





CUIDADOS DE LA PIEL SANA

Prevención y promoción a la salud

- Autoexploración diaria.
- Revisión clínica por personal de salud de 3 a 6 meses (Mínimo 1 por año).
- Acudir a educarse para cuidar y vigilar los pies.





- La importancia de usar el calzado adecuado.
- Buen control de la glucosa y de la ejercicio habitual.

Prevención y promoción a la salud

Prevención y promoción salud



- No caminar descalzo para evitar golpes y lesiones en los pies.
- No barrer o limpiar el piso con sandalias, evitando que el polvo y mugre toquen sus pies.

Prevención y promoción a la salud

- Use calcetas de algodón sin resorte o especiales para personas con diabetes.
- Mantenga hidratada la piel con cremas humectantes a base de agua.



Prevención y promoción a la salud

- Identificar factores de riesgo (peso, sedentarismo, historial familiar, entre otros)



Prevención y promoción a la salud

- Medir los niveles de glucosa en sangre para detectar alteraciones de glucosa.



Prevención y promoción a la salud

- Realizar actividad física mínimo durante 30 minutos al día para reducir las posibilidades hasta 35 o 45 por ciento.

