

CAMPAÑA CALLOS CERO

¿SABÍAS QUE UN CALLO EN LOS PIES DE UNA PERSONA CON DIABETES AUMENTA EL RIESGO DE MORTALIDAD? ¡EL CALLO ES UNA SEÑAL DE ALERTA!



LOS CALLOS

Estudios muestran que la mortalidad en personas con diabetes y úlceras en los pies es tan alta como la mortalidad por cáncer. La mayoría de las úlceras comienzan como un callo en el pie.



¿QUÉ CAUSA LOS CALLOS?

El aumento de los puntos de presión relacionados con la neuropatía, la pérdida de la sensibilidad protectora plantar y la rigidez articular llevan a la formación de callos en las áreas de prominencias óseas de los pies



LA ALERTA

La presión continua en las áreas de prominencia genera un engrosamiento de la piel y el desarrollo de hiperqueratosis y callos. Los traumatismos repetidos y desapercibidos pueden llevar al sangrado debajo del callo y a las temidas úlceras y/o heridas.



¿CÓMO PREVENIR?

La eliminación de las áreas de callosidad mediante un deslaminado regular es una forma efectiva para disminuir la presión plantar. Este es un paso importante para evitar úlceras y/o heridas.



¡ÚNETE A LA CAMPAÑA CALLOS CERO!

¡Se anima a los profesionales de la salud a **educar, prevenir** y fomentar el tratamiento de los callos de los pies!



Debajo del callo puede haber una úlcera desapercibida.



ACCIONES PREVENTIVAS

- **Retirar (deslaminar) las áreas de callosidad** con una hoja de bisturí y una técnica adecuada.
- **Educar sobre el uso de calzado adecuado** que respete la forma de los pies y sobre el uso de plantillas para aliviar la presión plantar.
- **Orientar en la realización de ejercicios** para mejorar la flexibilidad de los pies y tobillos.
- **Aconsejar y derivar a servicios de referencia** que orienten sobre el uso de órtesis para proteger y realinear los dedos y las áreas de presión.



La Campaña Callos Cero es fundamental para la salud de las personas con Diabetes Mellitus:

¡El callo es la alerta para la prevención de amputaciones y muerte! ¡Apoya esta campaña!

Autores: Mariana Alves Bandeira, Ana Julia Saguma Maibashi, José Luís Lázaro-Martinez, Paula Cristina Nogueira e Vera Lúcia Conceição de Gouveia Santos

1. Hamatani M, Mori T, De M, Noguichi H, Takehara K, Arimura A, et al. Factors Associated with Callus in Patients with Diabetes - Focused on Plantar Shear Stress During Gait. J Diabetes Sci Technol. 2016;10(6):1355-9.
 2. Lázaro-Martinez JL, Aragón-Sánchez J, Alvaro-Alonso FJ, García-Morales E, García-Álvarez Y, Molines-Garrosó B. The best way to reduce reulcerations: if you understand biomechanics of the diabetic foot, you can do it. Int J Low Extrem Wounds. 2014;13(4):264-273.
 3. Davul C, Armstrong TG, Woei Tan, Andrew J, M. Boulton. Diabetic Foot Ulcers: A Review. JAMA. 2023;330(1):62-75.
 4. Netti J Van, Monteiro-Santos M, Sacco JCM, Lavery LA, Rasmussen A, Raspolvic A, et al. Treatment of modifiable risk factors for foot ulceration in persons with diabetes: a systematic review. Diabetes Metab Res Rev. 2020;36(3):1-10.
 5. Sileo A, Bus, Isabel C, N. Secco M, Monteiro-Santos M, Raspolvic A, Pison, Anne Rasmussen LAL, Jessi Z, van Netter J. IWGDF Guidelines on the prevention of foot ulcers in persons with diabetes. 2023. 38 p.
 6. Queiroz E, Pinto LAS, Lucena MLS, Sacco JCM. The effects of the use of customized silicone digital orthoses on pre-ulcerative lesions and plantar pressure during walking in people with diabetic neuropathy: A study protocol for a randomized controlled trial. Contemp Clin Trials Commun. 2024;37(101247).