



Pie de trinchera o pie de inmersión

Spanish translation of "Trench foot or Immersion foot" (www.bt.cdc.gov/disasters/trenchfoot.asp)

¿Qué es el pie de trinchera?

El pie de trinchera, también conocido como pie de inmersión, se presenta cuando los pies han estado mojados por mucho tiempo. Esta afección puede ser muy dolorosa, pero hay formas de prevenirla y tratarla.

¿Cuáles son los síntomas del pie de trinchera?

Los síntomas del pie de trinchera incluyen sensación de hormigueo y picazón, dolor, hinchazón, piel fría y con manchas, entumecimiento y picor o sensación de pesadez en los pies. El pie puede quedar enrojecido, seco y adolorido después de que se caliente; pueden formarse ampollas; y la piel y el tejido pueden morir y desprenderse. En casos graves, el pie de trinchera que se deja desatendido puede afectar los dedos, los talones o todo el pie.

¿Cómo se previene y se trata el pie de trinchera?

En la medida de lo posible, eleve los pies y déjelos secar al aire, y cámbiense los zapatos y medias mojadas por unos que estén secos para prevenir la aparición del pie de trinchera.

El tratamiento del pie de trinchera es similar al del congelamiento por frío. Tome las siguientes medidas:

- Lávese y séquese bien los pies.
- Póngase medias limpias y secas todos los días.
- Trate la parte afectada remojándola en agua tibia (entre 102° y 110° F / 38.8° y 43.3° C) o aplicándose compresas tibias durante aproximadamente 5 minutos.
<http://www.cdc.gov/nasd/docs/d000801-d000900/d000848/d000848.html--time>
- No se ponga medias para dormir o descansar.
- Consiga asistencia médica lo antes posible.

Si tiene heridas en los pies, éstos pueden estar más propensos a infección. Examínese los pies por lo menos una vez al día para detectar cualquier infección o empeoramiento de los síntomas.

Para más información, visite www.bt.cdc.gov/disasters, o llame a los CDC al (800) CDC-INFO (inglés y español) o al (888) -232-6348 (TTY).