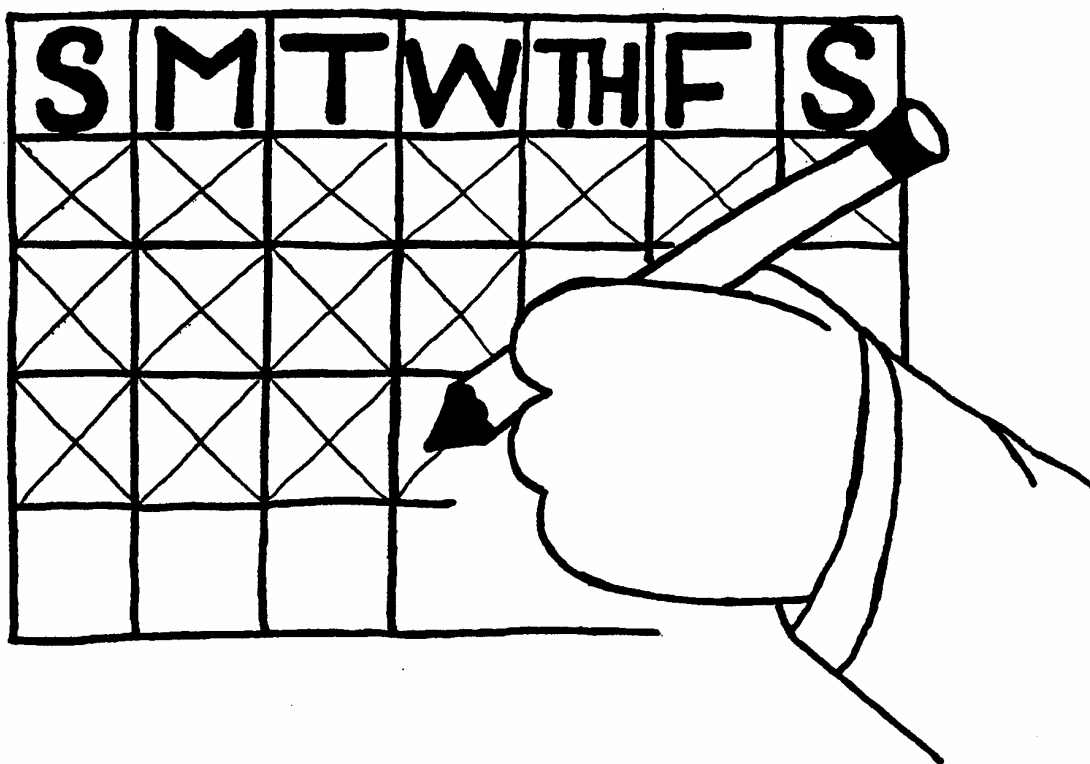
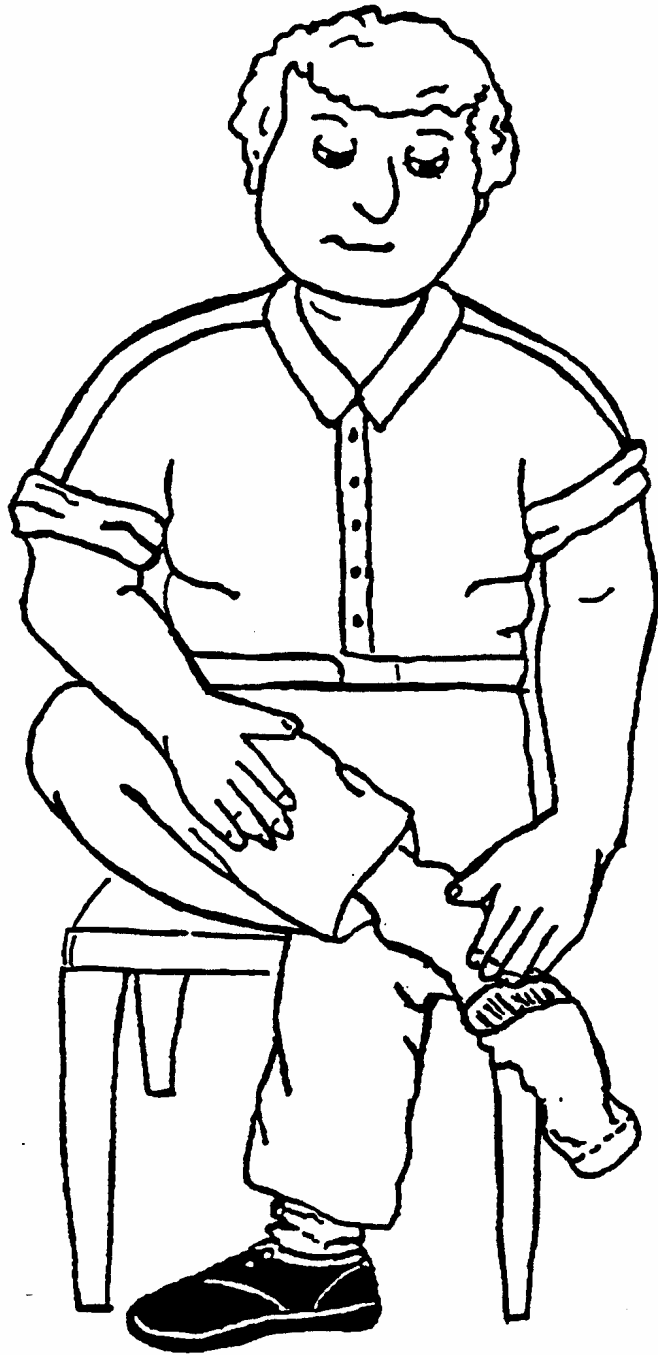


Pies contentos

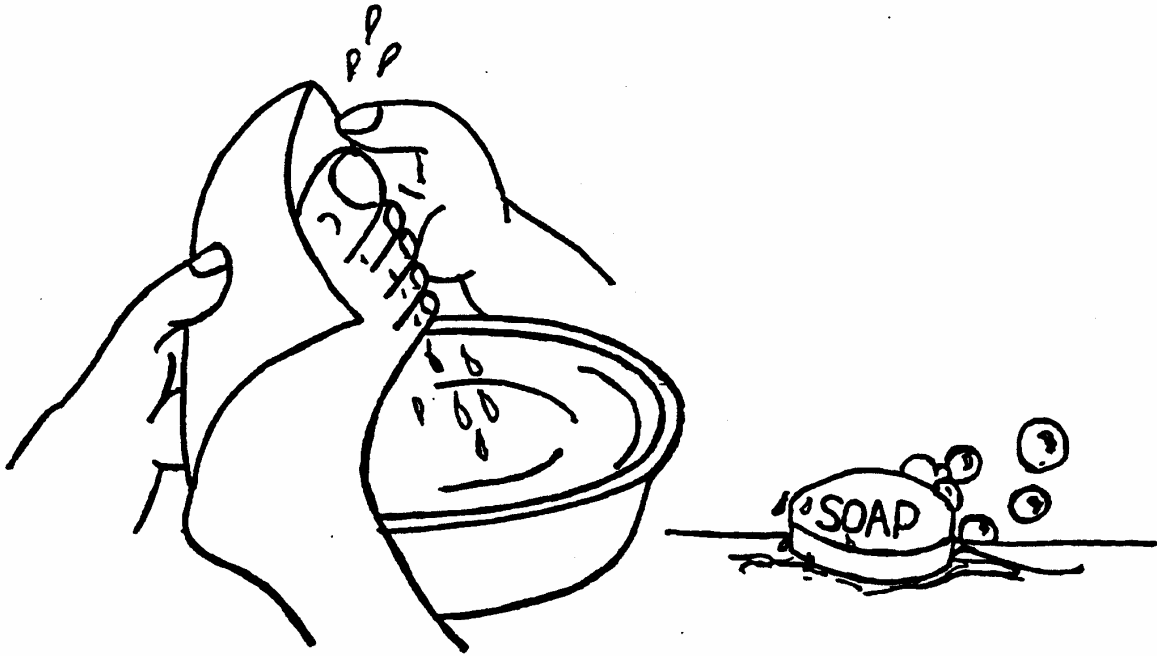
por Jenny M.Grimm and Anne Whittington Reardon



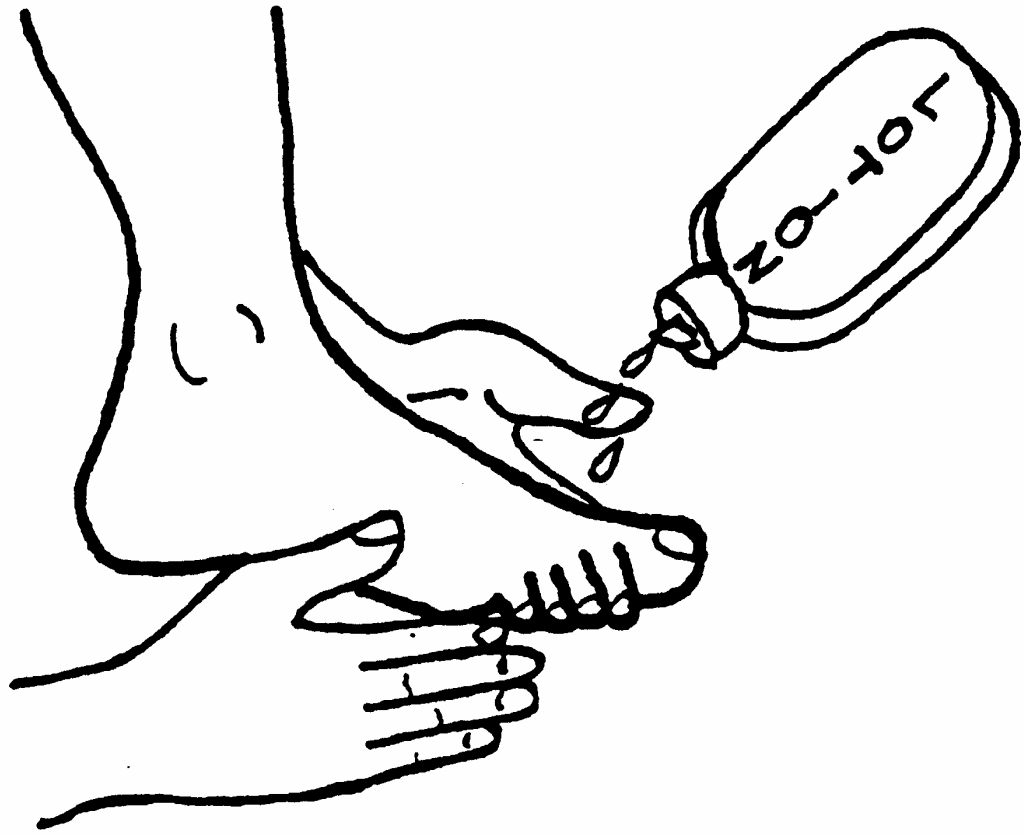
Cuide de sus pies día a día.



Mirese los pies.



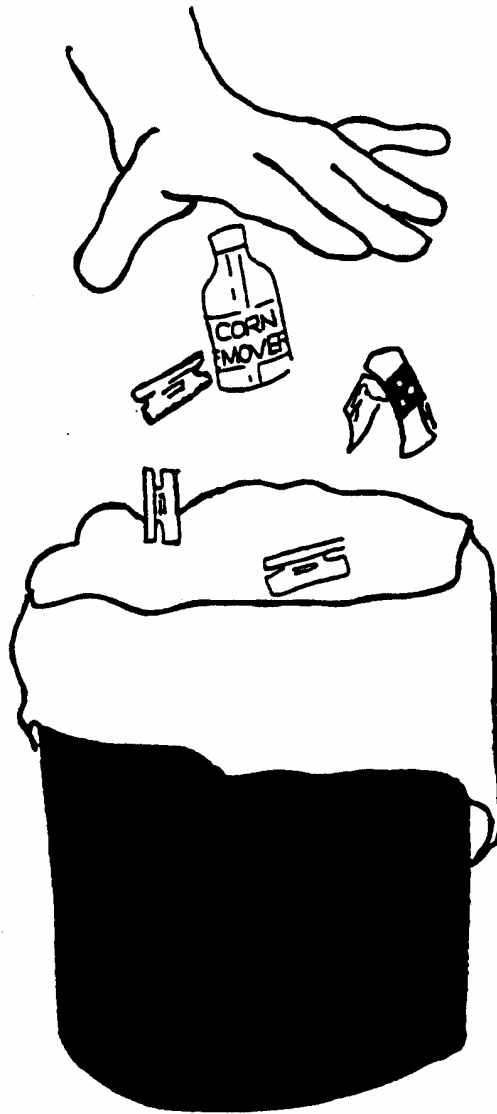
Lávelos con agua y jabón.



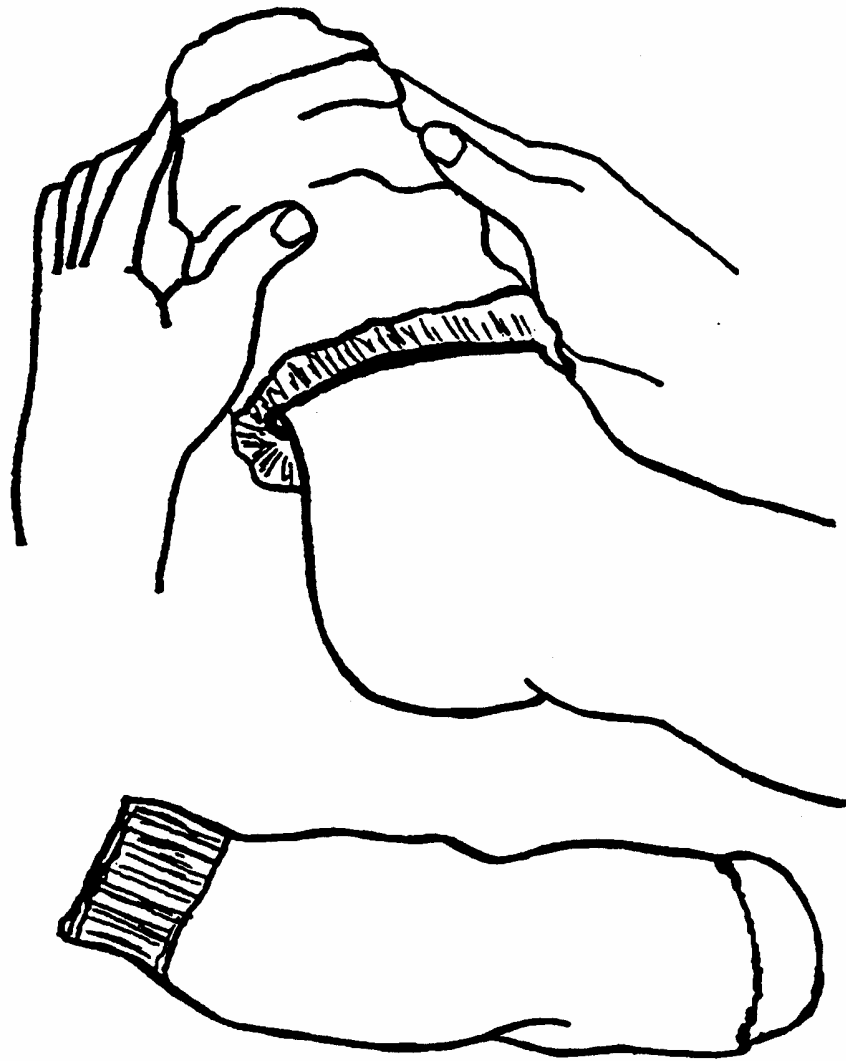
Use crema. No la ponga entre los
dedos de los pies.



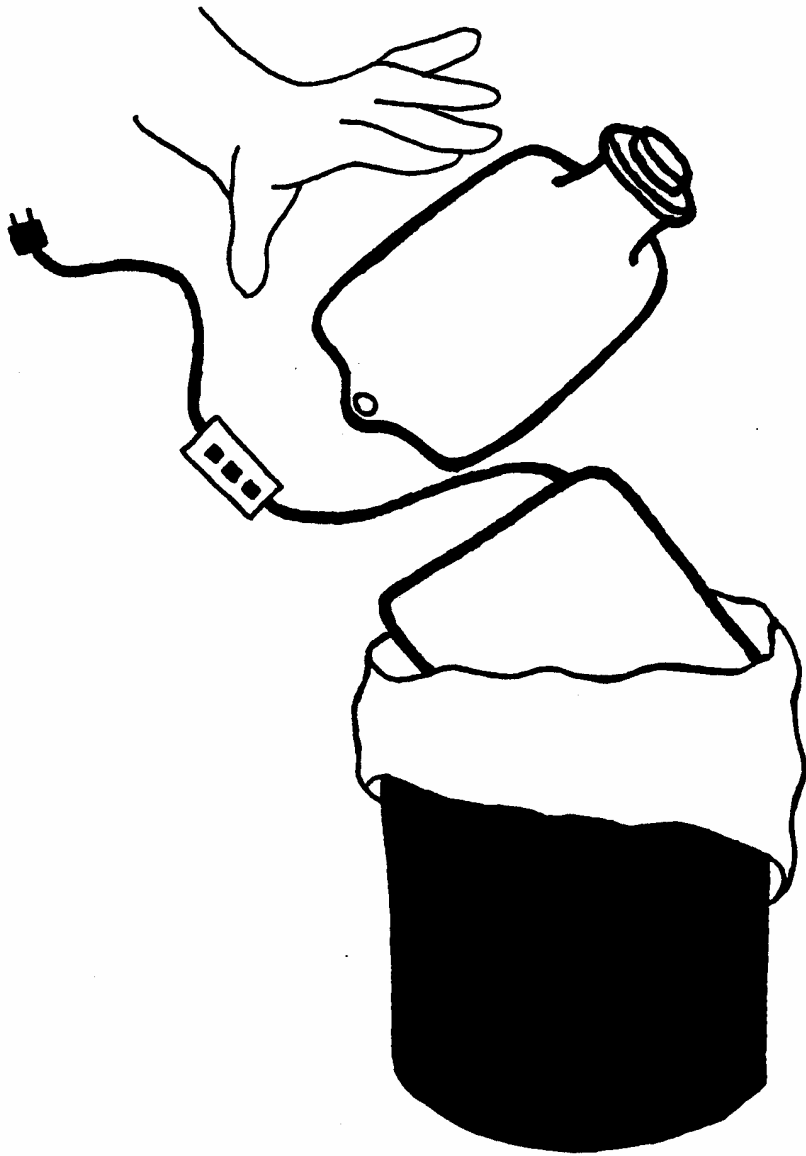
Lime las uñas de los pies de forma horizontal.



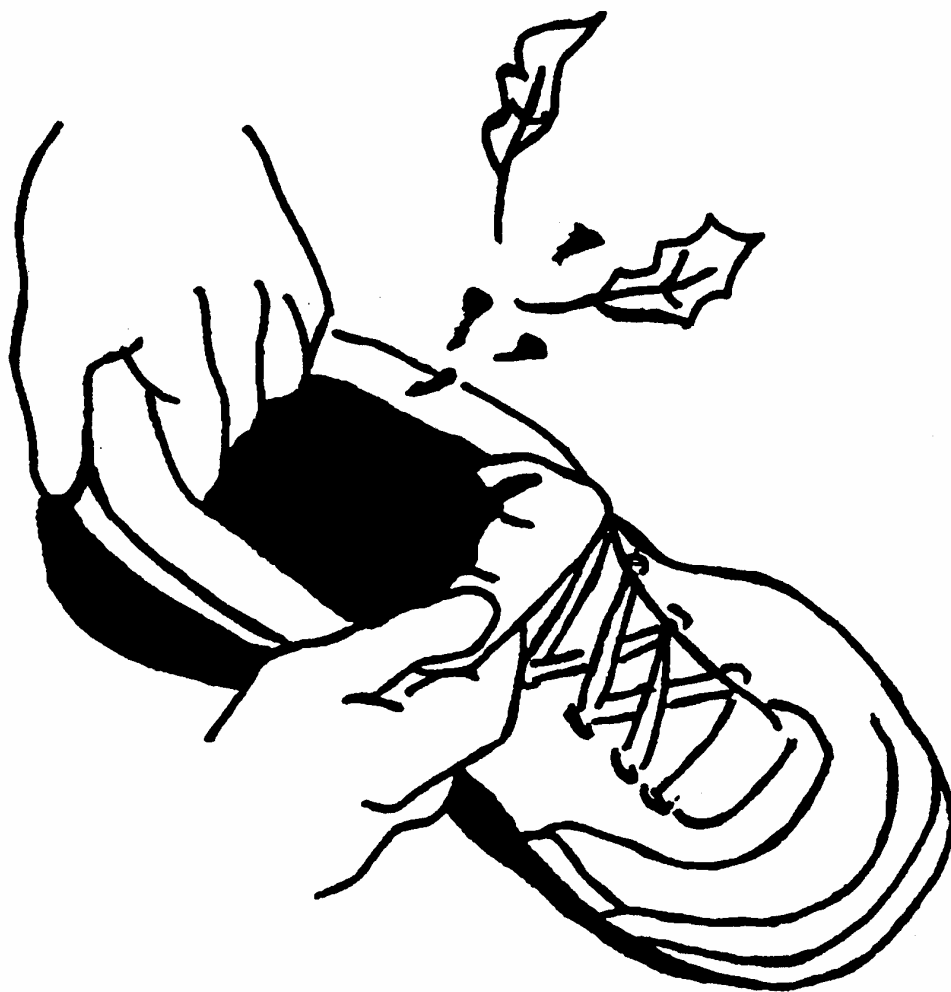
Tire a la basura cuchillas, cuchillos y productos contra juanetes.



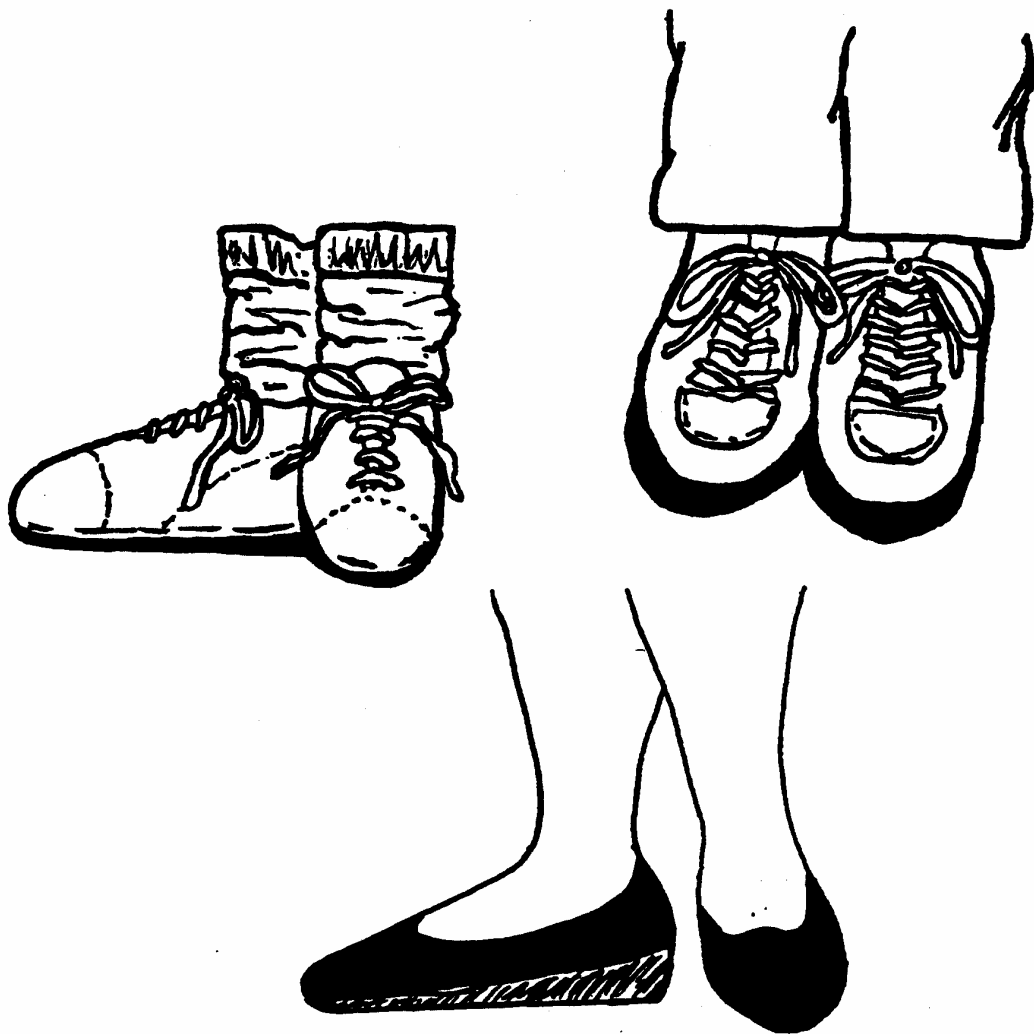
Lleve calcetines para mantener sus
pies calientes...



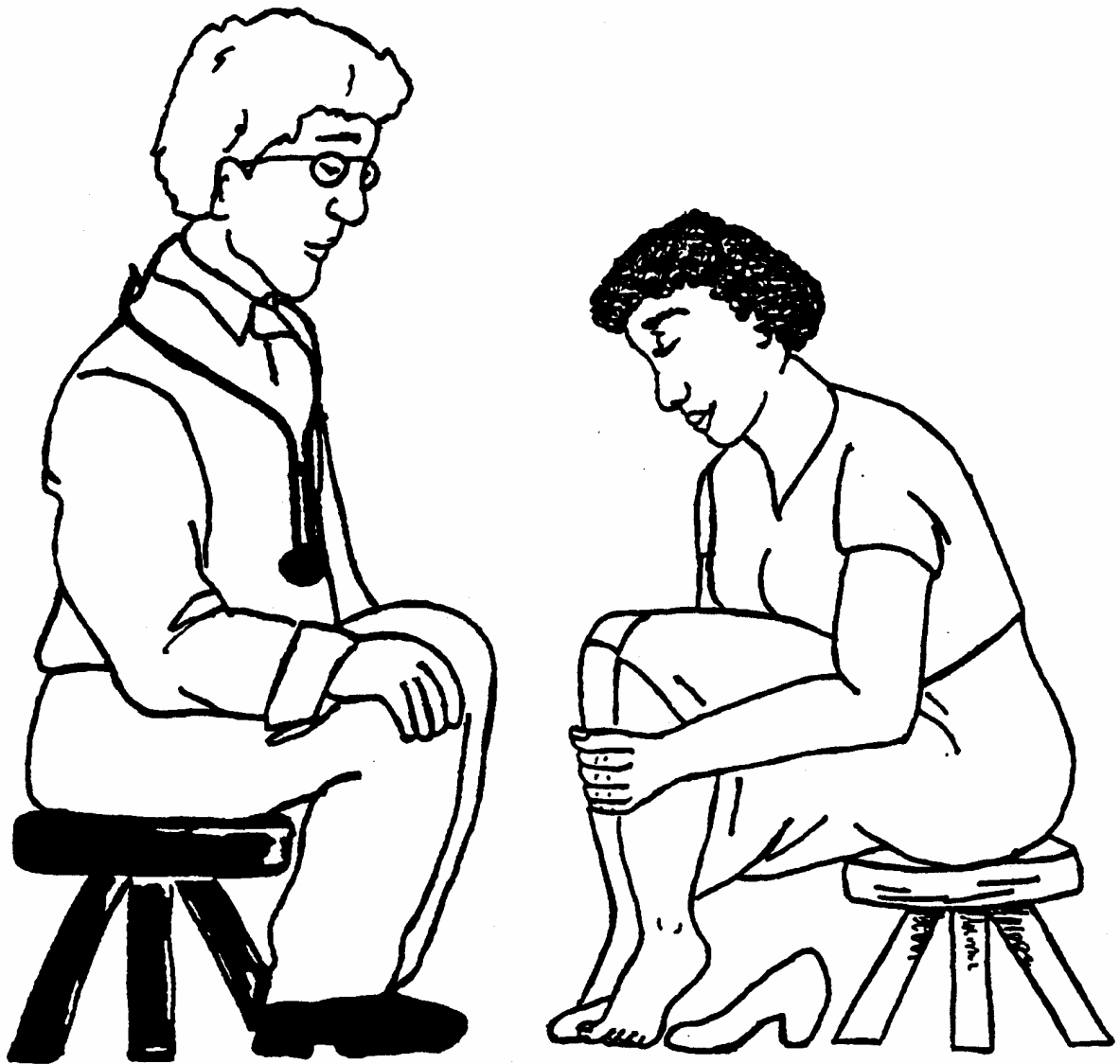
...No utilice botellas de agua caliente o mantas eléctricas. Échelas a la basura.



Limpie el interior de los zapatos antes
de ponérselos.



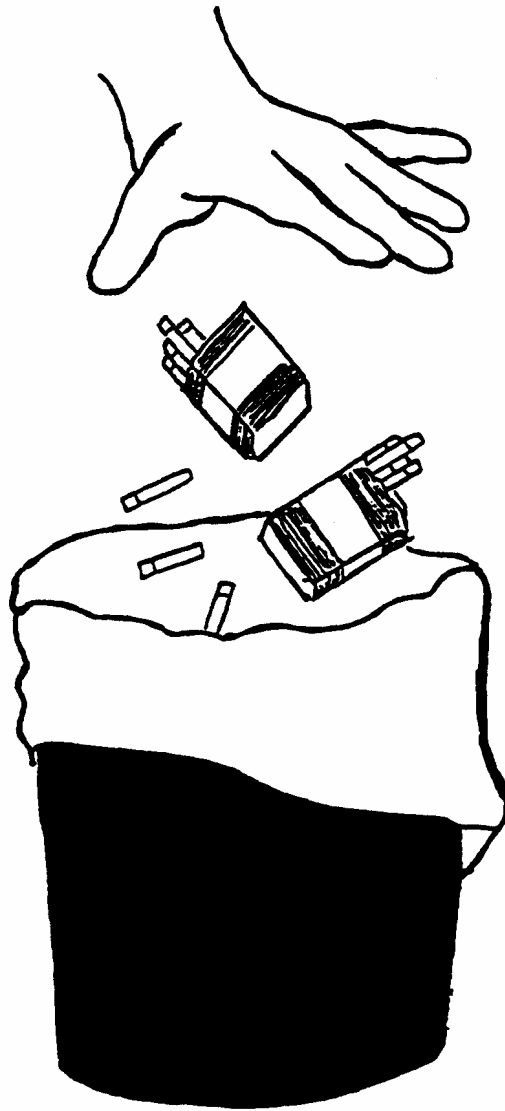
¡Lleve zapatos! Póngase zapatos que sean de su medida.



Quítese los zapatos y los calcetines
cada vez que visite al doctor.



Vea a su médico siempre que tenga problemas con los pies.



No fume.

1. Si usted tiene diabetes, necesita llevar siempre zapatos.

Sí

No

2. Necesita mirarse los pies todos los días.

Sí

No

Escrito por:
Jenny M. Grimm, RN, MSN, CDE
Anne Whittington Reardon, RN, MSN, CDE
Max E. Stachura, MD

Colegio de Medicina de Georgia
Departamento de Asuntos de los Veteranos, Augusta, Georgia
Departamento de Recursos Humanos de Georgia

Ilustraciones de:
Beth Jones
Angela Turner

Enmaquetación:
Beverly W. Johnson

Para más información llamar:
(706) 721-6100
(706) 823-2203

El Colegio de Medicina de los Hospitales y Clínicas de Georgia participa en el Fondo de Contribución Voluntaria del Estado de Georgia. Este panfleto se ha elaborado como apoyo de programas de cuidados básicos de pacientes sin consideración de su nivel económico.

©1993. Todos los derechos reservados.



Poniendo el Saber a Trabajar. La Universidad de Georgia y la Universidad Estatal de Ft. Valley, el Departamento de Agricultura de los EEUU y condados cooperadores del estado. El Servicio de Extensión Cooperativa ofrece programas educativos, asistencia y materiales a toda persona sin discriminación por raza, color, nacionalidad, sexo o discapacidad. Una organización para la igualdad de oportunidad/acción afirmativa comprometida a procurar diversidad en sus empleados.

Folleto FDNS-E-SP-84-06

noviembre 2002

Emitido para el avance del trabajo realizado por Extensión Cooperativa, Actos del 8 de mayo y 30 de junio, 1914, con la cooperación de la Facultad de Agricultura y Ciencias del Medio Ambiente de la Universidad de Georgia y el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos.

Gale A. Buchanan, Decano y Director