

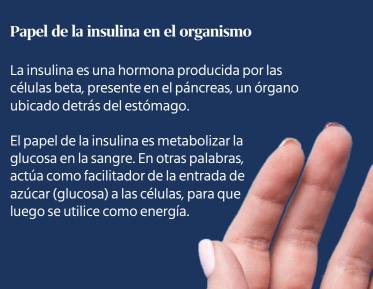




La diabetes es una enfermedad metabólica crónica caracterizada por hiperglucemia, es decir, un aumento de los niveles de glucosa en sangre.

La diabetes se divide en dos tipos:

- ·Tipo 1 Enfermedad autoinmune en la que las células de defensa del cuerpo, atacan las células del páncreas responsables de la producción de insulina, lo que hace que se libere poca o ninguna insulina en el cuerpo.
- ·Tipo 2 Afecta al 90% de los pacientes diagnosticados con la enfermedad y se caracteriza por una deficiencia total o parcial en los niveles de insulina.





Acción de la insulina en el organismo



Factores de riesgo y prevención

Como el 90% de los casos son de tipo 2, es de suma importancia que conozcas los factores de riesgo para el desarrollo de la enfermedad, los principales son:

·Obesidad o sobrepeso. ·Edad avanzada.

· Sedentarismo. · Hipertensión.

· Colesterol alto. · Antecedentes familiares de la enfermedad.

Como la mayoría de los factores de riesgo son ambientales, es importante que mantengas buenos hábitos tales como: practicar actividad física con regularidad, llevar una buena alimentación, controlar tu peso corporal y moderar el estrés.

¿Por qué prevenirla y/o tratarla?

La diabetes puede causar una serie de complicaciones si no se trata adecuadamente. El tratamiento, a su vez, requiere un control diario de los niveles de glucosa en sangre y, en algunos casos, el manejo de medicamentos orales o aplicaciones de insulina.

Entre las complicaciones que puede ocasionar la enfermedad se encuentran:



Enfermedad renal.



Neuropatía periférica (responsable de la mayoría de amputaciones).



Problemas en los pies y miembros inferiores (pie diabético)



Empeoramiento de enfermedades del corazón, arterias y ojos.



¡Mantente fuera de las estadísticas!

A nivel mundial, según la Organización Mundial de la Salud, se estima que unos 463 millones de adultos viven con la enfermedad.