



Diabetes

Serie Educación de Paciente MU

Definición:

La diabetes es una condición que implica la forma en que su cuerpo usa el azúcar en la sangre, o glucosa e insulina. La insulina es una hormona producida por el páncreas que regula el movimiento de azúcar a las células. En un cuerpo sano, la insulina ayuda a las células a aceptar la glucosa y convertirla en energía. La diabetes causa una deficiencia de insulina, resistencia a ésta o ambas. Hay tres tipos de diabetes - Tipo I, Tipo II y gestacional.

TIPOS:

Tipo I:

La Diabetes tipo I es una enfermedad crónica en la que el páncreas produce poca o ninguna insulina. Esta condición a menudo se diagnostica en la infancia o en la adolescencia, pero puede aparecer a cualquier edad y continúa durante toda la vida de la persona. Cuando el cuerpo no produce insulina, la glucosa no puede ser convertida en energía celular. Las personas con Diabetes tipo 1 requieren tratamiento con insulina para sobrevivir.

Tipo 2:

La Diabetes tipo II es una enfermedad crónica que afecta a la forma en que el cuerpo metaboliza el azúcar (glucosa), la principal fuente de combustible de su cuerpo. Con la Diabetes tipo 2, su cuerpo se resiste a los efectos de la insulina o no produce suficiente insulina para mantener un nivel normal de glucosa. En este caso, la insulina se acumula en la sangre en lugar de entrar en las células. Esta acumulación de insulina evita la conversión del azúcar en energía. El Tipo II es la forma más común de diabetes, pero si no se trata puede ser mortal.

Gestacional:

La diabetes gestacional se produce cuando se elevan los niveles de azúcar en la sangre de una mujer embarazada. Tener diabetes gestacional no indica que usted tenía diabetes antes de quedar embarazada o que la tendrá una vez que nazca su bebé, pero está en riesgo de Diabetes tipo 2 en el futuro. Es muy importante que siga todos los planes de tratamiento y atención para garantizar una óptima salud para usted y su bebé.

CAUSAS:

Tipo I:

La causa exacta de la diabetes de tipo 1 es desconocida. Las personas con diabetes tipo I no producen insulina debido a que el sistema inmunitario del cuerpo destruye por error las células productoras de insulina en el páncreas. Sin insulina, la glucosa se acumula en la sangre y no se convierte en energía. Las causas de la diabetes Tipo I son una mezcla de predisposición genética, diversos factores ambientales, y exposición a ciertos virus que pueden desencadenar la enfermedad.

Tipo II:

En la diabetes tipo II, el cuerpo se vuelve resistente a la insulina o el páncreas deja de producir suficiente insulina. El páncreas no puede producir suficiente insulina para superar este rechazo, por lo que hay una acumulación de azúcar en la sangre. Como la tipo I, la diabetes de tipo II es causada por una combinación de predisposición genética y diversos factores ambientales. También se ha encontrado que el sobrepeso o la obesidad pueden conducir a la diabetes tipo II.

Gestacional:

Durante el embarazo, el cuerpo produce más hormonas para sostener el embarazo y mantener las funciones corporales. En algunas mujeres, estas hormonas interfieren con la aceptación de la insulina por las células. A medida que el bebé crece, se producen hormonas y las células se vuelven más resistentes a la insulina. El páncreas produce más insulina, pero no siempre puede mantener el ritmo. Cuando esto sucede, hay un exceso de glucosa en la sangre y no suficiente en las células del cuerpo.

¿QUIÉN ESTÁ EN ALTO RIESGO DE DIABETES?

Hay una variedad de factores, tanto biológicos como medioambientales, que ponen a algunas personas en mayor riesgo para la diabetes. Algunos de estos riesgos incluyen:

- Raza
- Genética y antecedentes familiares
- Factores dietéticos
- Peso
- Edad
- Hipertensión
- Falta de actividad física
- Niveles de colesterol alto o bajo
- Exposición a enfermedades virales

SIGNOS / SÍNTOMAS:

Cuando las células no están recibiendo suficiente insulina, el cuerpo comenzará a mostrar signos de diabetes. Si está experimentando cualquiera de los síntomas siguientes, asegúrese de contactar a su proveedor de salud.

- Visión borrosa
- Aumento de la sed
- Micción frecuente
- Agotamiento
- Pérdida de peso inexplicable
- Hambre
- Cetonas presentes en la orina
- Infecciones (como encía, vejiga y piel)
- Llagas de curación lenta

DIAGNÓSTICO / PRUEBAS:

Las pruebas para la diabetes por lo general consisten en análisis de sangre. Su médico puede medir la cantidad de glucosa en la sangre realizando pruebas tales como una prueba de azúcar en la sangre en ayunas, una prueba de azúcar en la sangre al azar, o una prueba de hemoglobina glicosilada (A1C). Se recomienda también que detección de azúcar en sangre sea implementada para ciertos individuos. Tales individuos incluyen adultos con sobrepeso y niños y adultos mayores de 45 años.

TRATAMIENTO / CUIDADO:

Desafortunadamente, no existe una cura para la diabetes, aunque existen tratamientos para controlar los síntomas. Medicamentos para estimular el páncreas a producir insulina, terapia con insulina, modificaciones en la dieta y el ejercicio pueden ayudar a controlar los niveles de azúcar de sangre y aliviar los síntomas. Aquí tiene algunas maneras de manejar la diabetes:

- Mantenerse físicamente activo y en forma
- Monitorear los niveles de azúcar en la sangre
- Terapia / inyecciones con insulina
- Trasplante de páncreas
- Mantener un peso saludable
- Estar al día con las vacunas y las citas médicas
- Conservar la presión arterial y el colesterol en niveles normales
- Dejar de fumar

COMPLICACIONES:

Las complicaciones a largo plazo de la diabetes se desarrollan gradualmente. Cuanto más tiempo sufra de diabetes y cuanto más tiempo no se controle su azúcar en la sangre, mayor es el riesgo de complicaciones. La diabetes también puede aumentar el riesgo de otros problemas de salud graves. Estas complicaciones se pueden prevenir o retrasar con tratamiento y atención adecuados. Por lo tanto, es esencial que siga su plan de tratamiento con exactitud. Algunas posibles complicaciones de la diabetes incluyen:

- Hipertensión
- Enfermedades del corazón
- Complicaciones cutáneas
- Complicaciones de salud mental
- Complicaciones del pie
- Daño en los nervios
- Daño ocular
- Daño renal
- Bajo nivel de azúcar
- Pérdida de audición
- Apoplejía

PREVENCIÓN:

Desafortunadamente no se puede prevenir la diabetes tipo I, sin embargo, hay medidas que puede tomar para ayudar a evitar la tipo II y la diabetes gestacional. Algunas de estas medidas incluyen:

- Mantener una dieta saludable
- Mantenerse físicamente activo y en forma
- Mantener un peso saludable
- Perder el exceso de peso, si es posible
- Visitas regulares a su médico

LLAME A SU PROFESIONAL MÉDICO SI:

Recuerde que la diabetes es una enfermedad seria que puede tener complicaciones graves. Es vital que se cuide a sí mismo y siga con exactitud su plan de tratamiento para evitar complicaciones posteriores. Dado que esta condición es tan grave, es importante vigilar su salud e informar su médico de cualquier cambio en su salud. Preste atención a sus síntomas y si aparecen alguno de los siguientes síntomas, asegúrese de contactar de inmediato a su médico:

- Nivel de azúcar en la sangre inusualmente alto
- Pérdida de apetito



Diabetes

Serie Educación de Paciente MU

- Dolor de estómago
- Sed extrema inusual
- Fiebre
- Confusión
- Nivel de azúcar en la sangre inusualmente bajo
- Pérdida de peso rápida
- Visión borrosa

Si no se tratan estas afecciones, se pueden desarrollar enfermedades más graves.

EXENCIÓN DE RESPONSABILIDAD:

Medline no practica la medicina, y ninguna información presentada en este sitio web es consejo médico o pretende sustituir el consejo de un médico. Toda la información en este sitio web concerniente a condiciones médicas proviene de fuentes de acceso público.