



COMANDO GENERAL
DE LAS FUERZAS
MILITARES

SUBSISTEMA DE SALUD
DE LAS FUERZAS
MILITARES

DIRECCIÓN GENERAL
DE SANIDAD MILITAR

MG. JAVIER ALONSO
DÍAZ GÓMEZ
Director

CR. ALEX VICTORIA
BARRERA PALOMAR

Subdirección de Salud

CN. DIANA YOLANDA
OSORIO CHACÓN
Coordinación Grupo
Salud Pública

SMSM. ALEXANDRA
RUIZ V

PD. KATHERINE
MONTENEGRO SHAEK

Comunicaciones
Estratégicas

La diabetes es una enfermedad crónica que aparece cuando el páncreas no produce insulina suficiente o cuando el organismo no utiliza eficazmente la insulina que produce



SUBDIRECCIÓN
DE SALUD

BOLETÍN No. 103
NOVIEMBRE 14
DE 2019

DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES

“La familia y diabetes”

La Dirección General de Sanidad Militar desde la Subdirección de Salud, se une al Día Mundial de la Diabetes que se celebra cada año el 14 de noviembre.

¿QUÉ ES EL DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES?

El Día Mundial de la Diabetes (DMD) fue creado en 1991 por la Federación Internacional de Diabetes-FID y la Organización Mundial de la Salud, como respuesta al alarmante aumento de los casos de diabetes en el mundo. Este día se convirtió en un día oficial de la salud de las Naciones Unidas en 2006, con la aprobación de la Resolución 61/225 de la ONU. Se escogió el 14 de noviembre siendo el aniversario de Frederick Banting quien, junto con Charles Best, concibió la idea que les conduciría al descubrimiento de la insulina, en octubre de 1921.



TEMA DE ESTE AÑO Y SUS OBJETIVOS:



El tema para el mes de concientización sobre la diabetes y el Día Mundial de la Diabetes 2019 es **Familia y diabetes**. La FID está creando conciencia sobre el impacto que la diabetes tiene en la familia y la red de apoyo de los afectados, y está promoviendo el papel de la familia en el manejo, cuidado, prevención y educación de la diabetes.

EL DÍA MUNDIAL DE LA DIABETES TIENE COMO OBJETIVO:

- Ser la plataforma líder para promover los esfuerzos de sensibilización sobre la diabetes.
- Promover la importancia de llevar a cabo acciones concertadas y coordinadas para hacer frente a la diabetes como una amenaza seria para la salud.
- Llamar la atención sobre los problemas más importantes y mantener a la diabetes firmemente en el punto de mira mundial público y político.



“UN EQUIPO HUMANO AL SERVICIO DE LA SALUD”

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud, la diabetes es una enfermedad crónica que aparece cuando el páncreas no produce insulina suficiente o cuando el organismo no utiliza eficazmente la insulina que produce. La insulina es una hormona que regula el azúcar en la sangre. El efecto de la diabetes no controlada es la hiperglucemia (aumento del azúcar en la sangre), que con el tiempo daña gravemente muchos órganos y sistemas, especialmente los nervios y los vasos sanguíneos.

#Diabetes

TIPOS

Hay tipo 1, tipo 2 y diabetes gestacional. El tipo 2 es el más frecuente y representa más del 90% de todos los casos.



Diabetes tipo 1: Hay ausencia de insulina y suele desarrollarse repentinamente.

Diabetes tipo 2: Es la incapacidad del cuerpo para producir o utilizar eficazmente la insulina.

Diabetes gestacional (DMG): Se detecta por primera vez durante el embarazo.

MEDIDAS QUE SE DEBEN TOMAR CUANDO SE TIENE LA ENFERMEDAD:

1. Pida un plan de alimentación saludable.
2. Pregunte sobre diferentes maneras para mantenerse más activo.
3. Pregunte cómo y cuándo debe medirse el nivel de azúcar en la sangre y cómo usar los resultados para controlar su **diabetes**.
4. Use estos consejos como guía para su autocontrol.

#Diabetes

Prevenir Complicaciones

Si tiene diabetes, es recomendable que:

- Busque tratamiento médico y siga el consejo médico
- Planee sus comidas y elija alimentos nutritivos
- Realice ejercicio físico regularmente

Organización Mundial de la Salud
Organización Panamericana de la Salud
JUNTOS, VENCEREMOS A LA DIABETES

CIFRAS SOBRE LA DIABETES:

- De acuerdo a la FID una de cada dos personas con diabetes no se diagnostica. El diagnóstico precoz y el tratamiento son clave para ayudar a prevenir o retrasar complicaciones potencialmente mortales.
- Hay más de 425 millones de personas con diabetes en todo el mundo y cada ocho segundos muere alguien por esta enfermedad.
- **1 de cada 3 personas** con diabetes desarrollará algún tipo de pérdida de visión durante su vida.
- Cada **30 segundos** en algún lugar del mundo se pierde una extremidad inferior por diabetes.
- La Asociación Colombiana de Diabetes alertó que **el 7% de la población en Colombia tiene diabetes**; es decir cuatro millones de personas y de éstos, la mitad no lo sabe.
- Esta enfermedad se encuentra entre las primeras cinco causas de muerte en Colombia y su morbilidad también es considerable.
- De acuerdo con estadísticas de la Asociación Colombiana de Diabetes, al año se presentan en promedio 1.100 adultos con diabetes, de los cuales **48% son hombres, 45% mujeres y 7% niños; pertenecientes a un estrato socioeconómico 3.** Cifras a nivel nacional de noviembre de 2018.

HAY MÁS DE 425 MILLONES DE PERSONAS CON DIABETES EN TODO EL MUNDO

La diabetes concierne a cada familia. Es una de las principales causas de ceguera, amputación, enfermedad del corazón, insuficiencia renal y muerte prematura.

cada 8 segundos alguien muere por diabetes

La diabetes es algo serio pero se puede hacer mucho para reducir su impacto. La mayoría de la diabetes tipo 2 es prevenible y las complicaciones se pueden evitar con un buen control y cuidado.

Aprende cómo en www.worlddiabetesday.org/mensaje #WorldDiabetesDay

Organización Mundial de la Salud
Organización Panamericana de la Salud
JUNTOS, VENCEREMOS A LA DIABETES



DIRECCIÓN GENERAL DE SANIDAD MILITAR
Avenida Calle 26 No 69 – 76 Centro Empresarial Elemento
Bogotá – Colombia
Teléfono 3238555 EXT. 1063
www.sanidadmilitar.mil.co
Twitter: @SanidadMilCo





En el Subsistema de Salud de las Fuerzas Militares, según la cuenta de alto costo para el año 2018 el 1,8% de usuarios corresponde a personas con diabetes del total de la población afiliada, lo que es igual al comportamiento del país en el mismo período.

Desde la Dirección General de Sanidad Militar se lanzó durante el 2019, el Plan para el Fortalecimiento de la Salud Cardiovascular junto con las Direcciones de Sanidad Ejército, Armada y Jefatura Salud Fuerza Aérea con el fin de detectar a tiempo a los usuarios con riesgo de enfermedades precursoras como la Diabetes, Hipertensión Arterial y Enfermedad Renal Crónica.

CONOCE EL RIESGO DE DESARROLLAR DIABETES:

La Fundación para la Diabetes brinda un sencillo test para que la población pueda detectar si tiene riesgo de padecer diabetes a lo largo de su vida. Desde Sanidad Militar nos unimos y los invitamos a realizarlo a través de: <https://www.fundaciondiabetes.org/prevencion>



ACCIONES PARA PROTEGERSE Y PROTEGER A SU FAMILIA DE LA DIABETES:



- Muchos casos de diabetes se pueden prevenir adoptando un estilo de vida saludable .
- Cuando una familia come comidas y ejercicios saludables juntos, todos los miembros de la familia se benefician y se fomentan comportamientos que podrían ayudar a prevenir la diabetes.
- Si tiene diabetes en su familia, conozca los riesgos, las señales de advertencia que debe tener en cuenta y qué puede hacer para prevenir la diabetes y sus complicaciones.
- Las familias necesitan vivir en un entorno que respalde estilos de vida saludables y les ayude a prevenir la diabetes.
- El diagnóstico precoz y el tratamiento son clave para ayudar a prevenir o retrasar complicaciones potencialmente mortales.
- Si la diabetes no se detecta temprano, puede conducir a una discapacidad grave o la muerte, por eso es importante saber los signos y síntomas para protegerse y proteger a su familia.



DIRECCIÓN GENERAL DE SANIDAD MILITAR
Avenida Calle 26 No 69 – 76 Centro Empresarial Elemento
Bogotá - Colombia
Teléfono 3238555 EXT. 1063
www.sanidadmilitar.mil.co
Twitter: @SanidadMilCo

