



¡Actúa hoy para cambiar el mañana!

Día Mundial
de la
DIABETES

NOVEMBER 14



La diabetes es una enfermedad que se presenta cuando el nivel de glucosa en la sangre, también conocido como azúcar en la sangre, es demasiado alto.



La glucosa en la sangre es la principal fuente de energía y proviene de los alimentos. La insulina, una hormona que produce el páncreas, ayuda a que la glucosa de los alimentos ingrese en las células para usarse como energía.



Algunas veces, el cuerpo no produce suficiente o no produce nada de insulina o no la usa adecuadamente y la glucosa se queda en la sangre y no llega a las células.

¿Cuáles son los síntomas de la diabetes?

 Pérdida repentina de peso	 Problemas sexuales	 Sed constante	 Deseo frecuente de orinar
 Aumento del apetito	 Visión borrosa	 Heridas que no sanan	 Cansancio crónico



¿Qué problemas de salud pueden tener las personas con diabetes?



Enfermedades del corazón



Problemas de los ojos



Accidentes cerebrovasculares



Enfermedades de los riñones



Lesiones en los nervios



Lesiones en pies

¿Cuáles son los diferentes tipos de diabetes?

DIABETES GESTACIONAL

Afecta a algunas mujeres durante el embarazo. La mayoría de las veces, este tipo de diabetes desaparece después de que nazca el bebé.



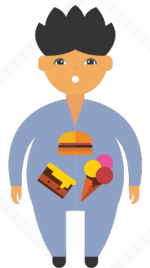
DIABETES TIPO 1

El cuerpo no produce insulina porque el sistema inmunitario ataca y destruye las células del páncreas, se diagnostica por lo general en niños y adultos jóvenes.



DIABETES TIPO 2

El cuerpo no produce o no usa la insulina adecuadamente. Puede aparecer a cualquier edad, sin embargo, este tipo se presenta con mayor frecuencia en las personas de mediana edad y en los ancianos.



¿Cómo podemos prevenir la diabetes?



Identificar factores de riesgo



Alimentación saludable



Medir el nivel de glucosa en sangre



Estilos de vida saludable



Actividad física con frecuencia