

¿Qué es la diabetes?

La diabetes afecta la manera en que su cuerpo utiliza los alimentos que usted come para producir energía. Algunos de los alimentos que come se transforman en glucosa (azúcar). El páncreas, una glándula detrás del estómago, siente la elevación de azúcar luego de comer y libera al torrente sanguíneo una hormona llamada insulina. La insulina ayuda a mover la glucosa del torrente sanguíneo hacia las células. Las células de su cuerpo usan la glucosa para obtener energía de la misma manera que un automóvil usa gasolina. Si su cuerpo no puede producir insulina o utilizarla efectivamente, sus células se debilitan al carecer de energía.



Factores de riesgo para la diabetes:

- Antecedentes familiares de diabetes (madre, padre, hermana, hermano, abuelos, tía o tío)
- Tener sobrepeso o ser obeso
- Tener más de 45 años
- Ser una persona de color (Indio Americano, Hispano, Afro Americano, Asiático)
- Tener presión arterial alta
- Tener colesterol alto

Síntomas de diabetes:

- Aumento de la sed
- Orinar con frecuencia
- Cansancio o debilidad extremos
- Heridas e infecciones que sanan lentamente
- Dolor, cosquilleo o adormecimiento de pies o manos
- Visión borrosa
- Pérdida de peso sin explicación aparente

Factores adicionales de riesgo para las mujeres:

- Dar a luz un bebé de más de 9 libras
- Tener diabetes durante el embarazo

¿Cómo se diagnostica la diabetes?

La diabetes se diagnostica a través de un análisis de sangre. Un análisis en ayunas significa que no se debe comer o beber por 8 horas antes del análisis. Un análisis al azar significa que el análisis se hace en cualquier momento.

Normal

Glucosa (azúcar) en sangre en ayunas entre 70-99 mg/dl

Pre-diabetes

Glucosa (azúcar) en sangre en ayunas entre 100-125 mg/dl

Diabetes

Glucosa (azúcar) en sangre en ayunas 126 mg/dl o más **O** Glucosa en sangre tomada al azar que supere 200 mg/dl.

Hay tres tipos de diabetes.

En la **diabetes de tipo 1**, el páncreas no produce insulina. La glucosa se mantiene en el torrente sanguíneo haciendo que se eleve por sobre los niveles normales. Si no se trata, puede producir un coma y la muerte. La gente con diabetes del tipo 1 debe tomar insulina para controlar los niveles de glucosa en sangre. No se conoce la causa de la diabetes del tipo 1 pero existe evidencia que sugiere que está relacionada con un virus. La diabetes de tipo 1 se diagnostica por lo común en personas de menos de 30 años, a menudo en la adolescencia, pero puede ser diagnosticada a cualquier edad.

En la **diabetes de tipo 2**, el cuerpo produce insulina pero puede no ser suficiente o no ser utilizada apropiadamente. En cualquier caso, demasiada glucosa permanece en el torrente sanguíneo. La diabetes del tipo 2 aparece en adultos mayores pero recientemente ha habido un aumento entre los adolescentes. Factores de riesgo para tener diabetes de tipo 2 son antecedentes familiares de diabetes, tener sobrepeso o ser obeso y estar inactivo.

La diabetes gestacional aparece en las mujeres durante el embarazo. Una diabetes no controlada durante el embarazo puede causar daños al bebé. Luego que el bebé nace, la glucosa en sangre de la madre generalmente vuelve a la normalidad. Las mujeres que tienen diabetes gestacional tienen riesgo de contraer diabetes de tipo 2 más tarde en su vida.



3601 S. Green Road, #100
Cleveland, Ohio 44122

Phone: (216) 591-0800
Fax: (216) 591-0320

Email: information@dagc.org