

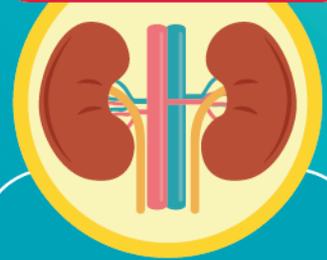
# DIABETES?

Demasiada azúcar en la sangre puede dañar

los ojos



y los riñones



Conoce más acerca de esta enfermedad, sus síntomas causas y tratamiento



**Te Cuido Corazón** alberga diversos materiales en formato transmedia que informan y forman en hábitos saludables para la prevención de las patologías crónicas más comunes en nuestro país.

Mediante la interacción con los usuarios y la identificación de casos como el de **Juan Buenavida**, personaje que cuenta su historia e invita a la exploración de la plataforma, el equipo de Teleeducación con el acompañamiento de profesores, abordan estilos de vida necesarios para el cuidado del corazón.

Te invitamos a que nos acompañes y conozcas más acerca de este proyecto.



Hola amigos, soy Juan,  
Juan Buena Vida

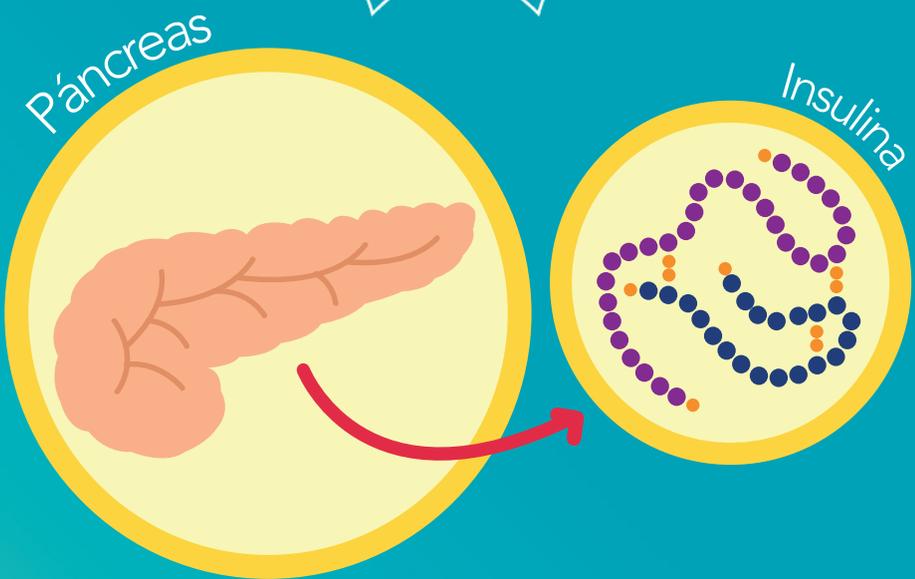
Y quiero hablarte de una enfermedad que afecta a millones de personas en el mundo, la **Diabetes**.

La **diabetes** es una enfermedad crónica que se desata cuando nuestro organismo pierde su capacidad de producir o de utilizar **insulina** con eficiencia.





Hay tres tipos principales de diabetes



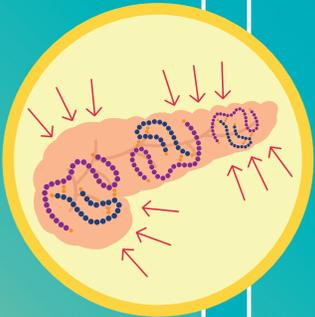
La **insulina** es una hormona que se crea en el páncreas y que permite que el azúcar de los alimentos pase a las células del organismo, en donde se convierte en **energía** para que funcionen los músculos y los tejidos.

Como resultado, una persona con **diabetes** no absorbe este azúcar adecuadamente, de modo que ésta queda **circulando en la sangre** y dañando los tejidos con el paso del tiempo. Este deterioro causa complicaciones para la salud potencialmente letales.

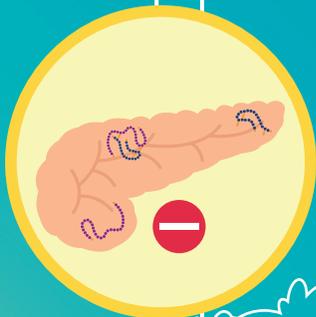


Es importante reconocer  
los 3 tipos principales de  
Diabetes que existen:

DIABETES TIPO 1



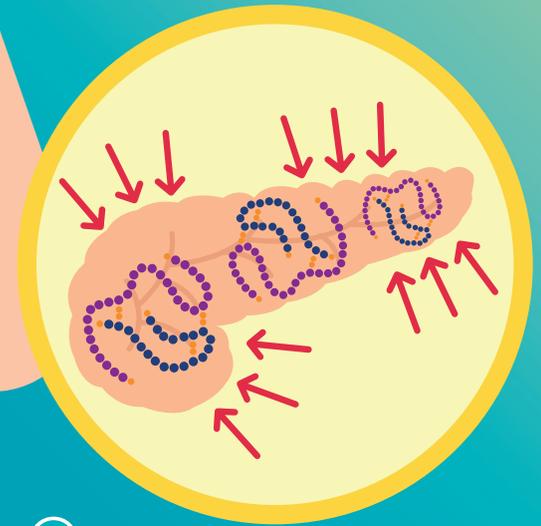
DIABETES TIPO 2



DIABETES MELLITUS  
GESTACIONAL



DIABETES TIPO 1

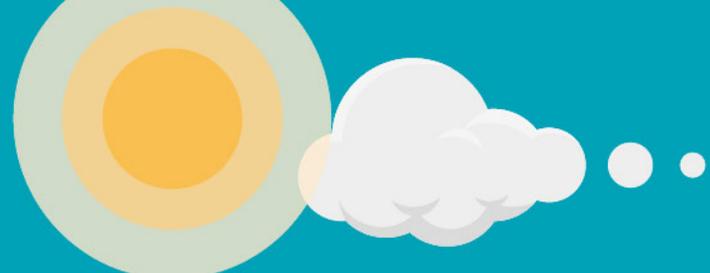


UNIVERSIDAD  
DE ANTIOQUIA

Facultad de Medicina

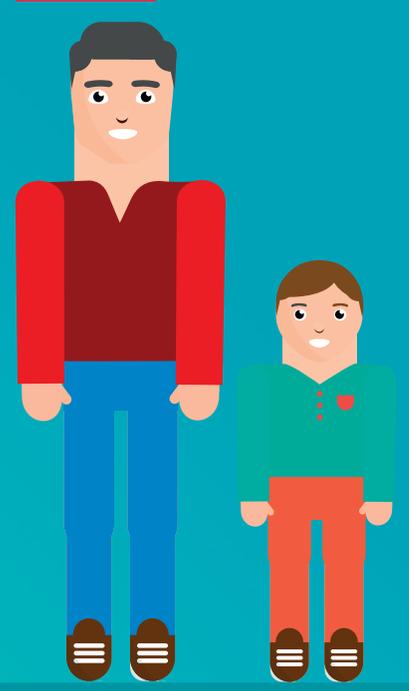
Saludando

comunicación  
y participación  
en salud



La **diabetes tipo 1** está causada por una reacción en la que el sistema de defensas del cuerpo **ataca las células** productoras de insulina del páncreas. Como resultado, el organismo deja de producir la **insulina** que necesita.

La enfermedad puede afectar a personas de cualquier edad, pero suele aparecer en niños o jóvenes adultos. Las personas con esta forma de **diabetes** necesitan inyecciones de **insulina a diario** con el fin de controlar sus niveles de azúcar en la sangre. Sin insulina, una persona con diabetes tipo 1 moriría.



Las diabetes tipo 1 suele desarrollarse repentinamente y podrían presentar síntomas como:



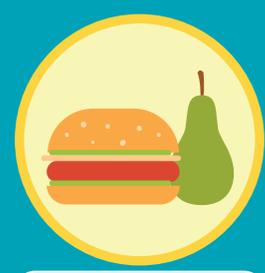
Sed anormal y sequedad de boca



Orina constante



Cansancio extremo o falta de energía



Apetito constante



Pérdida de peso repentina



Lentitud en la curación de heridas



Infecciones recurrentes



Visión borrosa

Las personas con **diabetes tipo 1** pueden llevar una vida normal y saludable mediante una combinación de:



Terapia diaria de insulina



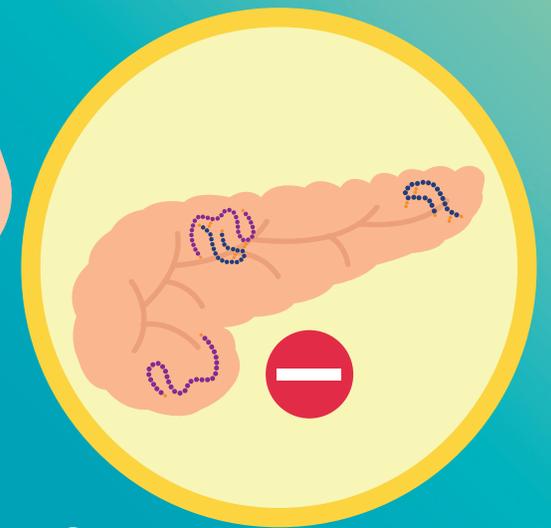
Monitorización constante



Dieta sana

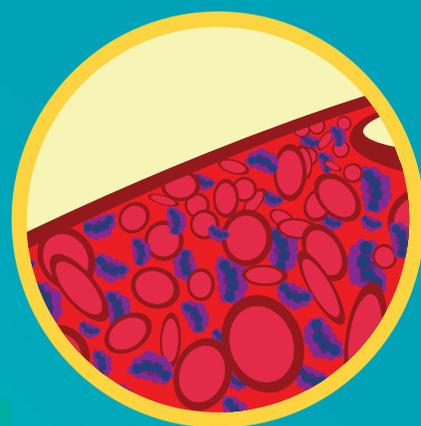
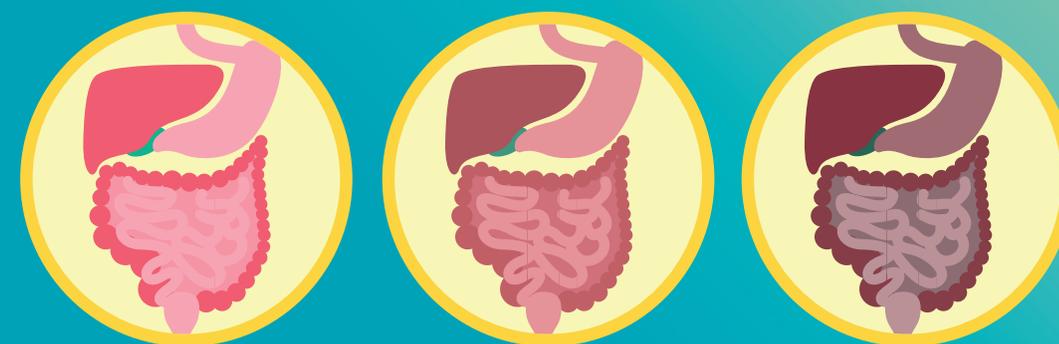


Ejercicio físico habitual



DIABETES TIPO 2

La **diabetes tipo 2** es el tipo más común de diabetes. Suele aparecer en adultos, pero cada vez más hay más casos de niños y adolescentes. En la **diabetes tipo 2**, el organismo puede producir insulina pero, o bien no es suficiente, o el organismo no responde a sus efectos, provocando una acumulación de **azúcar en la sangre**.



Las personas con **diabetes tipo 2** podrían pasar mucho tiempo sin saber de su enfermedad debido a que los síntomas podrían tardar años en aparecer o en reconocerse, tiempo durante el cual el **organismo se va deteriorando** debido al exceso de esta azúcar en la sangre.

Aunque las razones exactas para desarrollar **diabetes tipo 2** aún no se conocen, hay varios factores de riesgo importantes que te pueden hacer más propenso sufrirla. Éstos son:



Obesidad



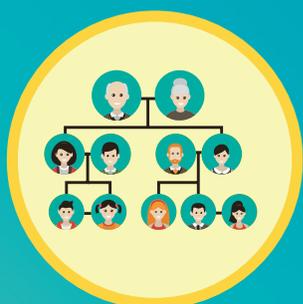
Mala alimentación



Falta de actividad física



Edad avanzada



Antecedentes familiares de diabetes



Nutrición inadecuada durante el embarazo, que afecta al niño en desarrollo



Recetar insulina unida a una medicación oral



Aumento de la actividad física



Dieta sana

**En contraste** con las personas con diabetes tipo 1, la mayoría de quienes tienen diabetes tipo 2 no suelen necesitar **dosis diarias** de insulina para sobrevivir. Sin embargo, para controlar la afección se podría:



UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

Facultad de Medicina

Saludando

comunicación y participación en salud



El número de personas con **diabetes tipo 2** está aumentando rápidamente en todo el mundo. Este aumento va asociado principalmente a los **malos hábitos saludables** de la sociedad moderna.



DIABETES MELLITUS  
GESTACIONAL



El Tercer tipo de diabetes es el **diabetes mellitus gestacional** o DMG. Es un tipo de diabetes que se diagnostica por primera vez cuando una mujer desarrolla **diabetes durante el embarazo**, suele presentarse en una etapa avanzada y surge debido a que el organismo no puede producir o utilizar la suficiente **insulina** necesaria para la gestación del bebé.



**El riesgo del bebé es menor** que los de cuyas madres tienen diabetes tipo 1 o tipo 2 antes del embarazo. Sin embargo, las mujeres con DMG también deben controlar sus niveles de azúcar a fin de minimizar los riesgos para el bebé.



UNIVERSIDAD  
DE ANTIOQUIA

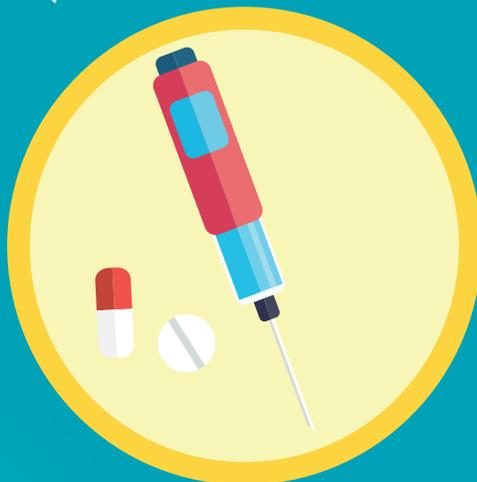
Facultad de Medicina

Saludando

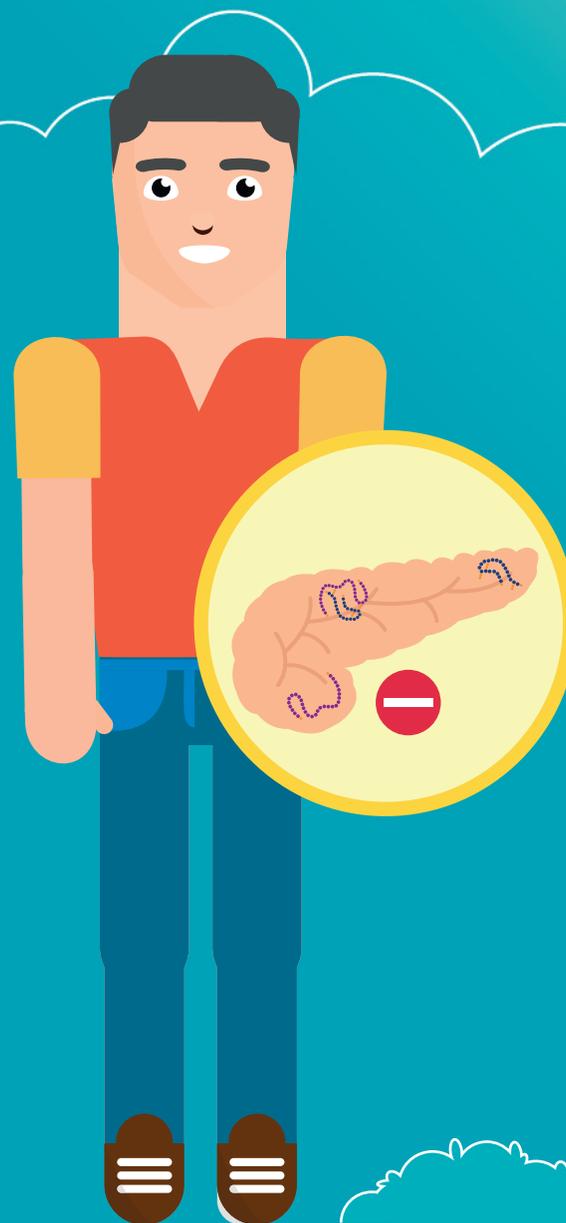
comunicación  
y participación  
en salud



Esto normalmente se puede hacer mediante una dieta sana, aunque en algunos casos también podría ser necesario utilizar **insulina** o medicación oral.



La **diabetes gestacional** de la madre suele desaparecer tras el parto. Sin embargo, las mujeres que han tenido DMG corren un mayor riesgo de desarrollar **diabetes tipo 2** con el paso del tiempo.



Los bebés nacidos de madres con DMG también corren un mayor riesgo de **obesidad** y de desarrollar **diabetes tipo 2** en la edad adulta.





Con este conocimiento,  
puedes ayudar a tus amigos,  
familiares e incluso a ti  
mismo a prevenir la diabetes.  
¡Pide siempre un referido!



UNIVERSIDAD  
DE ANTIOQUIA

Facultad de Medicina

Saludando  
PROMOCIÓN  
Y PREVENCIÓN  
EN SALUD



**Conoce más acerca de nosotros en:**

[www.medicinaudea.co/te-cuido-corazon](http://www.medicinaudea.co/te-cuido-corazon)

[www.atulado.co](http://www.atulado.co)

[www.parquedelavida.co](http://www.parquedelavida.co)



Para más información  
escanea el código



**UNIVERSIDAD  
DE ANTIOQUIA**

Facultad de Medicina

**Saludando**  
promoviendo  
y mejorando  
la salud