

HOJA INFORMATIVA SOBRE DIABETES

Qué es la diabetes?

La diabetes es una condición metabólica prevalente que puede provocar niveles elevados de azúcar en sangre y afectar varias partes del cuerpo, incluidos los ojos, los riñones y los nervios.

Cómo ocurre?

La diabetes es una enfermedad crónica que se produce cuando se altera la capacidad del cuerpo para regular el azúcar o la glucosa en la sangre. Por lo general, surge debido a una combinación de factores genéticos y de estilo de vida. En la diabetes, el cuerpo no produce suficiente insulina (una hormona responsable de regular el azúcar en sangre) o no la utiliza de forma eficaz. Como resultado, la glucosa se acumula en el torrente sanguíneo, lo que provoca una serie de complicaciones de salud. Las modificaciones en el estilo de vida, los medicamentos y la terapia con insulina se utilizan a menudo para controlar la diabetes y ayudar a las personas a llevar una vida más saludable.

Signos y síntomas

Los signos y síntomas de la diabetes pueden variar según el tipo de diabetes y su gravedad, pero existen indicadores comunes a los que hay que prestar atención. Estos pueden incluir orinar frecuente, sed excesiva, pérdida de peso inexplicable, fatiga extrema, visión borrosa, cicatrización lenta de heridas e infecciones recurrentes. En el caso de la diabetes tipo 1, los síntomas pueden aparecer repentinamente, mientras que los síntomas de la diabetes tipo 2 suelen desarrollarse de forma más gradual y, en ocasiones, pueden pasar desapercibidos durante años. Es fundamental reconocer estas señales de advertencia y buscar evaluación y asesoramiento médico si usted o alguien que conoce las experimenta, ya que el diagnóstico y el tratamiento tempranos son esenciales para controlar la diabetes y prevenir complicaciones.

Opciones de prueba

Los profesionales de la salud se basan principalmente en análisis de sangre para diagnosticar la diabetes. La prueba más común es la prueba de azúcar en sangre en ayunas, que mide los niveles de glucosa después de un ayuno nocturno. Otro método común es la prueba de tolerancia a la glucosa oral, en la que se controlan los niveles de glucosa después del ayuno y luego nuevamente después de beber una solución azucarada. La prueba de hemoglobina A1c da un promedio a largo plazo de los niveles de azúcar en sangre.

Para aquellos que buscan la comodidad de realizar pruebas en casa, hay varios dispositivos y kits de prueba disponibles para monitorear la glucosa en sangre. Por lo general, implican una pequeña punción en el dedo para recolectar una muestra de sangre, que luego se analiza con un glucómetro portátil. Los sistemas de monitoreo continuo de glucosa también pueden rastrear los niveles de glucosa las 24 horas del día, dando datos valiosos para controlar la diabetes de manera efectiva.

Es importante consultar a un profesional de la salud para determinar el método de prueba y la frecuencia más adecuados según la salud individual y el tipo de diabetes. Las pruebas precisas y periódicas son esenciales para lograr un control óptimo del azúcar en sangre y prevenir las complicaciones asociadas con la diabetes.

Opciones de tratamiento

El tratamiento adecuado puede ayudar a controlar la diabetes; es importante consultar a un proveedor de atención médica para desarrollar el plan de tratamiento adecuado para cada situación individual. Las terapias pueden incluir lo siguiente: Modificaciones del estilo de vida, Medicamentos orales, Terapia con insulina, Medicamentos inyectables.