

¿Qué es la Diabetes?



Nuestros cuerpos transforman los alimentos que comemos en azúcar que luego es convertido en energía. La insulina es fabricada por nuestro páncreas y ayuda hacer azúcar que entre a nuestras células para que sea utilizado para energía. Si este proceso ocurre de la manera que debiera, la glucosa se mantendría a un nivel normal y nosotros tendremos la energía para dirigir una vida llena y activa.

En una persona con diabetes, el azúcar no puede entrar en la célula para ser usada como energía. El azúcar permanece en la corriente sanguínea, causando que el nivel de la glucosa sea alta.

Tipos de Diabetes

Diabetes Tipo 1

El páncreas no produce insulina. Las personas con el Tipo 1 deben recibir inyecciones de insulina para vivir. Menos del 10% de las personas con diabetes tienen el Tipo 1. Este tipo de diabetes se manifiesta principalmente en los niños, pero también puede ocurrir en adultos.

Diabetes Tipo 2

El cuerpo produce insulina, pero no puede ser utilizada correctamente. Las personas con el tipo 2 pueden controlar su glucosa a través del planeamiento de alimentos, ejercicio, medicamentos orales y/o inyecciones de insulina. La diabetes tipo 2 es el tipo más común, y se manifiesta en cerca de 90% de la población diabética.

Diabetes de la Gestación

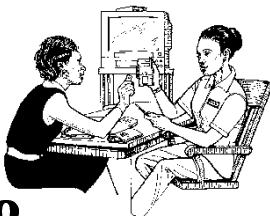
Glucosa alta que ocurre solamente durante el embarazo. Por lo general esto desaparece después de nacer su niño.

Otros tipos de Diabetes

Resultados de cirugía, drogas, infecciones, y otras enfermedades.

Usted está en un riesgo más alto de tener el Tipo 2 de Diabetes si:

- tiene más de 40 años de edad
- existe diabetes en su familia
- ha tenido diabetes durante un embarazo
- ha tenido un niño que pese más de 9 libras
- tiene el estrés de una enfermedad ó lesión
- es de descendencia Afro Americana, Hispano Americano, ó Nativo Americano
- tiene exceso de peso
- tiene presión alta



Medios de Tratamiento

Educación - Aprendiendo que debe hacer
Medicamentos - tomando medicamento oral ó insulina según indicaciones
Monitoreo propio - revisando los niveles de glucosa
Planeamiento de Comidas - Escogiendo los alimentos correctos en las cantidades apropiadas
Actividad - ayudando a su cuerpo a trabajar mejor

Compiled by: **Andi Ridgway, MS, RD, LD, CDE**
Diabetes Control Program
Arkansas Department of Health

