

## PREVENCIÓN DE LA DIABETES

La diabetes tipo 1, por el momento no se puede prevenir de forma eficaz, aunque existen fundadas esperanzas para que esto sea posible en un futuro no lejano.



La diabetes tipo 2 es mucho más frecuente en personas con sobrepeso y sedentarias.

Evitar la obesidad y mantener una actividad física regular constituyen por ahora la mejor prevención posible.

La información contenida en estos folletos es complementaria a las recomendaciones impartidas por los profesionales sanitarios, en ningún caso sustituye a éstas.

9164-05/06



GRUPO DE ESTUDIO SOBRE EDUCACIÓN TERAPÉUTICA



# DIABETES

## La Diabetes



Sistema  
**GLUCOCARD™ G**



De venta exclusiva en farmacia

Distribuido por:



[www.diabetesmenarini.com](http://www.diabetesmenarini.com)

Tel. Atención al cliente 902 301 334

Tel. 93 507 10 00

CFSP0611CAT



## LA DIABETES

La diabetes es una **enfermedad muy común**, que afecta al 6% de la población. La frecuencia aumenta con la edad, de modo que por encima de los setenta años la padecen el 15% o más de las personas. La importancia de la diabetes estriba en que, si no está suficientemente controlada, **puede dar lugar a frecuentes complicaciones**, especialmente de tipo circulatorio y neurológico.

### ¿CÓMO SE PRODUCE?

La diabetes puede ser debida a la falta de secreción de insulina por parte del páncreas y/o a la disminución de su efecto. Dado que esta hormona tiene la misión de transformar en energía los hidratos de carbono de los alimentos, su defecto origina un aumento del azúcar en la sangre.



## FORMAS DE LA DIABETES

**La elevación anormal de azúcar en la sangre** puede ser originada por causas diversas. Las formas más frecuentes de diabetes son: tipo 1 y tipo 2.

### Diabetes tipo 1

Suele empezar en la infancia y/o la adolescencia pero no es excepcional en otras edades. Es debida a la **destrucción de las células del páncreas productoras de insulina** que origina un déficit absoluto de la misma, por lo que es imprescindible administrar insulina desde el comienzo.

La diabetes tipo 1 acostumbra a presentarse de forma brusca con aumento llamativo de la sed y de la cantidad de orina, cansancio y pérdida de peso. A menudo aparece de forma aislada, pero en ocasiones existen antecedentes en la familia.

### Diabetes tipo 2

Suele ocurrir en edades más avanzadas y es unas diez veces más frecuente que la anterior. Se caracteriza por la asociación de **un déficit parcial en la producción de insulina junto con un aprovechamiento**

**inadecuado de la misma.**

La alimentación reglada y el ejercicio son la base del tratamiento. Según qué defecto predomine pueden precisarse además comprimidos, insulina ambos.



La diabetes tipo 2 da lugar a síntomas generalmente menos evidentes que la anterior y a menudo, no da ningún tipo de molestia, pasando desapercibida durante mucho tiempo. Es frecuente que otras personas en la misma familia también la padezcan.

### ¿CÓMO SE DIAGNOSTICA?

Un análisis de sangre practicado en el laboratorio, midiendo el nivel de la glucosa en ayunas, es suficiente para el diagnóstico. La diabetes se confirma cuando esta cifra es igual o superior a 126 mg/dl en dos ocasiones.

Cuando la cifra está entre 110 y 125 mg/dl se dice que tiene una glucosa anormal. Por debajo de 109 mg/dl se considera normal.