

Educación en diabetes

El número de diabéticos en todo el mundo asciende a 285.000 y se prevé un aumento de hasta 435 millones de personas diabéticas en el año 2030.

¿Qué es la diabetes?

La diabetes es una enfermedad crónica en la que se produce un exceso de los niveles de azúcar (glucosa) en la sangre por un déficit parcial o total de insulina. La insulina es una hormona producida en el páncreas que tiene como función facilitar la penetración de la glucosa de la sangre a las células y que sea aprovechada como energía.

Tipos de diabetes

Se distinguen dos tipos de diabetes:

- Diabetes tipo 1, en la que el páncreas no produce insulina.
- Diabetes tipo 2, en la que el páncreas puede producir insulina pero las células del organismo no responden de forma adecuada a su efecto.

La diabetes tipo 2 es más frecuente que la tipo 1.

¿Cuál es el problema de un exceso de glucosa en la sangre?

Sin insulina o con un déficit de respuesta a la misma, la glucosa permanece en la sangre. Con el tiempo, el exceso de glucosa en la sangre puede provocar lesiones en distintos órganos o sistemas del cuerpo, como los ojos, los riñones y los nervios.

¿Cómo se detecta la diabetes?

La diabetes se puede manifestar por una serie de síntomas comunes como sed intensa, ganas de orinar frecuentemente, hambre excesiva, pérdida de peso o fatiga. El diagnóstico definitivo se realiza mediante un análisis de sangre que valora la glucemia, es decir, los niveles de glucosa en la sangre.



Control de la diabetes

Un buen control de la diabetes es imprescindible para prevenir, retrasar o disminuir la aparición de las complicaciones asociadas a esta enfermedad (problemas oculares, renales, nerviosos y cardiovasculares). Las medidas generales incluyen:

- Seguir los consejos del profesional sanitario en cuanto al tipo y cantidades de alimentos que se han de comer con el fin de mantener los niveles de azúcar en la sangre y controlar el peso corporal.
- Practicar habitualmente ejercicio físico. La actividad física reduce los niveles de azúcar, ayuda a controlar el peso y favorece la circulación sanguínea.
- Comprobar periódicamente la glucemia.
- Tomar las medicaciones prescritas por el médico y según sus indicaciones.

Perspectivas de futuro

Recientemente se concentraron en Barcelona los mayores expertos en diabetes del mundo con el objetivo de diseñar una estrategia de investigación que pretende curar la diabetes tipo 1 (la que afecta a niños y adolescentes) en unos diez años. Para ello cuentan con el uso de células madre, terapia génica, medicina regenerativa e inmunoterapia. Todas estas técnicas conseguirán también contribuir al avance de tratamientos para la diabetes tipo 2, aunque su curación es más compleja de conseguir.

Ante cualquier duda, consulte siempre con su médico.

Para más información sobre Salud de AXA consultar en:

- www.axa.es/Seguros/Servicios/salud/consejos-de-salud.aspx
- www.axa.es/webclientes



reinventando /
el seguro de salud

PATRONO



Instituto para el Desarrollo
e Integración de la Sanidad