Carta de Salud VID

Publicación de las Obras de Salud de la Organización VID
ISSN 1794 - 7669 • Abril 2008 • Medellín - Colombia

Nº 18

Por:

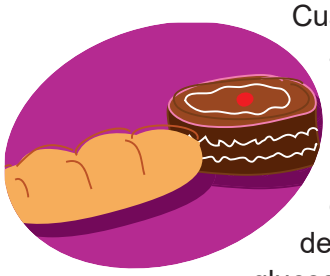
Santiago Estrada Mesa M.D. - Microbiólogo Clínico
Karolina Salazar Cárdenas - Bacterióloga
Laboratorio Clínico VID
Revisada por:
Esdras Martín Vásquez M.D. - Endocrinólogo

Aprenda sobre: Diabetes

1. ¿Qué es la diabetes?

Es una enfermedad caracterizada porque los niveles de glucosa (azúcar) en la sangre, están por encima del valor normal; esto puede llevar a complicaciones inmediatas y a largo plazo. No tiene cura pero puede controlarse.

2. ¿Por qué se produce la diabetes?



Cuando el organismo no produce suficiente insulina o no puede utilizar su propia insulina adecuadamente, se produce la diabetes y esto hace que el azúcar se acumule en la sangre.

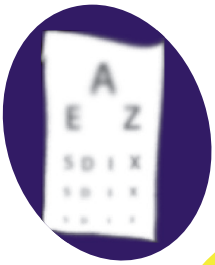
La hormona insulina es producida por el páncreas, un órgano que se encuentra cerca del estómago y cuya función es facilitar el transporte de la glucosa a las células del organismo. La mayor parte de los alimentos que consumimos, se transforman en glucosa (azúcar) que es utilizada por el cuerpo para generar energía.

3. ¿Cómo se manifiesta la diabetes?

Los síntomas de la diabetes pueden ser tan leves que se puede tener esta enfermedad por años y no saberlo; por eso es esencial realizarse la prueba básica para detectarla antes de que haya causado algún daño en el cuerpo.

Cuando la diabetes se manifiesta, lo hace generalmente por múltiples signos y/o síntomas, dentro de los cuales los más frecuentes son:

- Necesidad frecuente de orinar
- Sed excesiva
- Pérdida de peso sin causa aparente
- Hambre excesiva



- Cambios bruscos en la visión
- Hormigueo o insensibilidad en las manos y los pies
- Cansancio extremo la mayor parte del tiempo
- Piel muy seca
- Úlceras que tardan mucho en sanar
- Infecciones frecuentes

Cuando la diabetes insulino dependiente, denominada **diabetes tipo 1**, se manifiesta súbitamente, las náuseas, vómitos o dolores de estómago pueden acompañar algunos de los síntomas anteriormente descritos.

4. ¿Cuántas clases de diabetes existen?

Existen tres clases de diabetes:

- **Diabetes tipo 1** (5% de los casos de diabetes en el mundo) generalmente se presenta en la niñez y en la adolescencia. Se caracteriza por el ataque del sistema inmunológico (sistema de defensa) y destrucción de las células del páncreas que producen la insulina. Por esta razón, el paciente se debe inyectar insulina diariamente.

- **Diabetes tipo 2** (más del 90% de los casos de diabetes del mundo) donde el cuerpo presenta resistencia a la insulina que se produce en el páncreas, o su producción es deficiente. Usualmente este tipo de diabetes se controla con la alimentación, ejercicio o medicamentos, pero a veces es necesario inyectarse insulina.

- **Diabetes gestacional o del embarazo:** es similar a la **diabetes tipo 2**, en la cual el cuerpo es resistente a la insulina; su característica principal es su aparición durante el embarazo. Aunque los síntomas de la diabetes desaparecen después del parto, una mujer que ha tenido diabetes gestacional corre el riesgo de desarrollar la **diabetes tipo 2** más tarde en la vida.

5. ¿Cuál es la causa de la diabetes tipo 1?

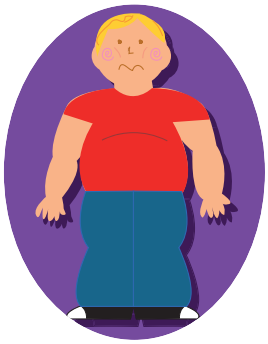
La **diabetes tipo 1** se presenta cuando hay una destrucción de las células beta del páncreas que son las que producen la insulina; no se conoce bien cuál es el origen de esta destrucción pero se han involucrado virus, alimentos y predisposición genética.

6. ¿Existen factores para el desarrollo de diabetes tipo 2?

Sí existen. Se postulan varios factores llamados “factores de riesgo” para desarrollar **diabetes tipo 2**:

- Edad: el riesgo aumenta con le edad (mayores de 45 años).
- Sobrepeso.
- Historia familiar de diabetes: tener uno de los padres, hermano o hermana con diabetes.
- Raza o grupo étnico definido en los Estados Unidos: afroamericanos, indios americanos, nativos de

- Alaska, asiáticos americanos, isleños del Pacífico o hispanoamericanos con factores de herencia.
- Historia de diabetes gestacional o madre de un recién nacido de más de 9 libras
- Presión arterial: > o = 140/90
- Colesterol: colesterol HDL < de 40 para hombres y < de 50 para mujeres, triglicéridos de 250 o más.
- Vida sedentaria: ejercicio menos de 3 veces a la semana.



7. ¿Por qué es importante pedir cuanto antes que le hagan la prueba básica para detectar diabetes?

Mientras más temprano se logre detectar y tratar la diabetes, menos riesgo de complicaciones se presentarán.

8. ¿Qué complicaciones puede dar la diabetes?

La diabetes puede causar complicaciones graves de salud tales como enfermedad cardíaca, ceguera, falla renal y amputaciones de las extremidades inferiores. La diabetes es la sexta causa de mortalidad en los Estados Unidos.

9. ¿Cómo se diagnostica la diabetes?

El diagnóstico se realiza teniendo en cuenta la historia clínica del paciente y apoyados en el laboratorio se mide como está el azúcar en la sangre. Este examen se conoce como glucemia.

Existe otro examen que se llama hemoglobina glicada que mide el promedio de azúcar en los últimos tres meses.

Adicionalmente la diabetes se puede sospechar cuando ocasionalmente se encuentra un examen de glucemia elevada en un paciente asintomático.

En cualquier circunstancia el paciente debe consultar con el médico quien definirá si se trata o no de una diabetes

10. ¿Quién se debe hacer una glucemia?

Todo paciente que el médico se la ordene. Si usted presenta algún factor de riesgo (ver pregunta 6) debe solicitar al médico que le ordene una glucemia.

11. ¿Se puede prevenir la diabetes tipo 2 ?

El ejercicio regular y una alimentación nutritiva pueden ayudar a evitar la obesidad y reducir el riesgo de desarrollar **diabetes tipo 2**.

12. ¿Se puede curar la diabetes?

Actualmente no se conoce una cura para esta enfermedad, pero con el buen cuidado personal y un cuidado médico regular, se puede controlar, reducir el riesgo de complicaciones y lograr llevar una vida normal.

Consulte con su médico, no se automedique
ni permita que una persona diferente al médico lo haga

Para más información, vea el sitio (en inglés) National Diabetes Information Clearinghouse publication,

Páginas consultadas en la web

- http://ucce.ucdavis.edu/datastore/detailreport.cfm?usernumber=998&surveynumber=199
- file:///C:/Documents%20and%20Settings/Director%20Laboratorio/Mis%20documentos/CDC/Diabetes Preguntas%20sobre%20diabetes.htm

Otros documentos:

- Small Steps. Big Rewards. Prevent type 2 diabetes. HHS/NEDP Diabetes Prevention Campaign
- Executive summary: Standaras of Medical Care in Diabetes 2008. Diabetes Care. Vol 31, supple1;2008: S5-S11

Vigilado Supersalud

COMITÉ EDITORIAL
Santiago Estrada Mesa, MD • Director General • Laboratorio Clínico VID • Juan Mario Jaramillo Acosta, MD • Jefe Laboratorio Clínico • Clínica Cardio VID • Liliana Franco Restrepo, MD • Microbióloga • Clínica Cardio VID

REVISIÓN Y DISEÑO Departamento de Comunicaciones Organización VID

Escanea el código QR y conoce todas las Cartas de Salud