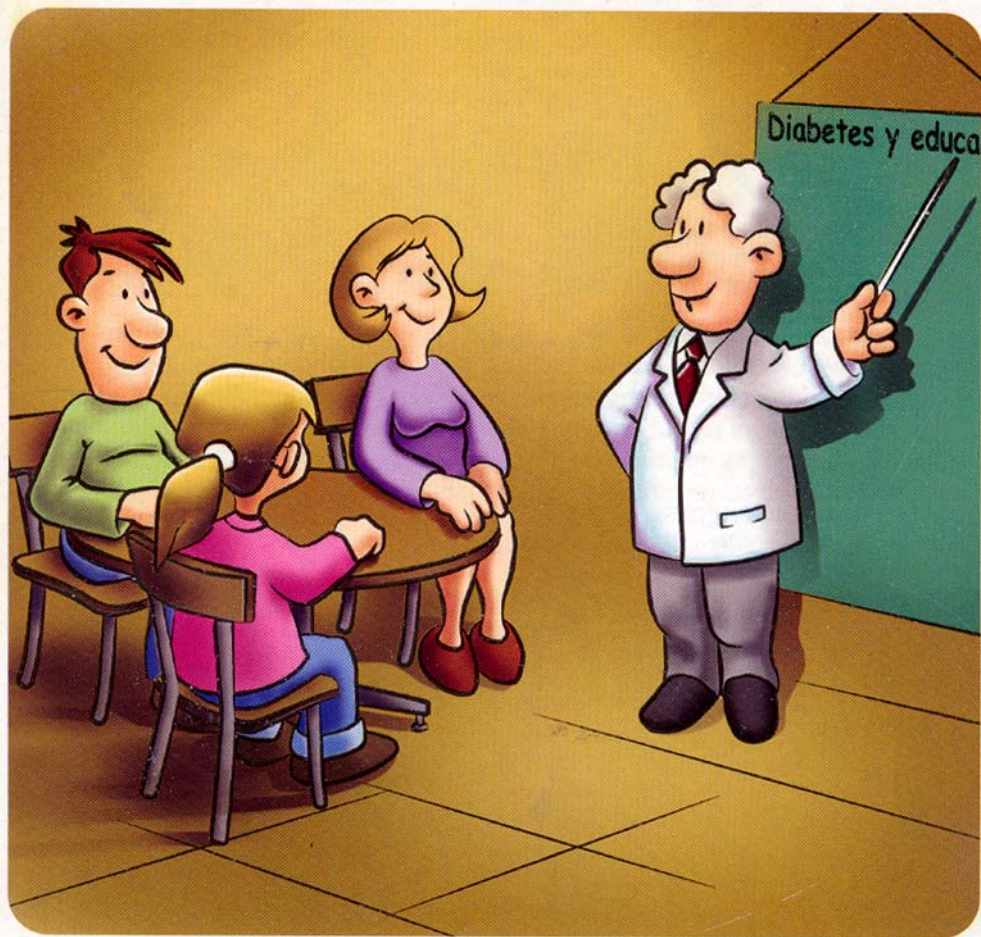


# la diabetes



**cambiando  
la diabetes**

*Representante para Bolivia:*



CORPORACION MERCANTIL SUDAMERICANA LTDA.

Central Piloto: 2440425

Calle Montevideo N° 130 Edif. Requiza 3er y 4to Piso  
Casilla 7982 • La Paz - Bolivia



**novo nordisk®**

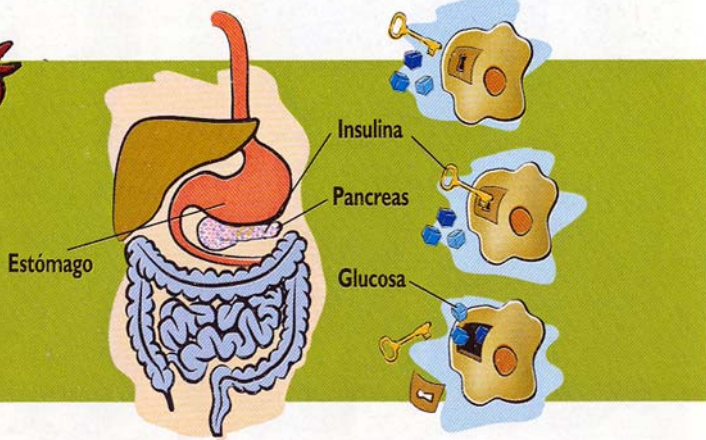
# ¿Qué es la Diabetes Mellitus?

La diabetes es una enfermedad crónica pero tratable, que puede aparecer a cualquier edad.

Es una enfermedad compleja, que necesita de un tratamiento prolongado en el tiempo, junto al aprendizaje continuo sobre la misma, en forma conjunta con todo el equipo de salud y el entorno familiar del paciente.



La diabetes mellitus se caracteriza por el aumento de glucosa (azúcar) en la sangre por encima del valor normal. Esto se denomina Hiper glucemia. Cuando comemos y aumenta la glucosa en sangre, la insulina (hormona secretada por el páncreas) se encarga de que esta glucosa ingrese a las células de nuestro cuerpo y no supere el valor normal en sangre. Sin la ayuda de la insulina, la glucosa no podría entrar en las células.



La diabetes es una enfermedad que necesita ser diagnosticada lo más tempranamente posible, no sólo para ser debidamente tratada con controles periódicos según indicación médica, sino también para prevenir sus complicaciones.

Representante para Bolivia:



# ¿Por qué se produce la diabetes?

La diabetes se produce por la disminución de la secreción de insulina en el páncreas y/ o por la deficiente actividad de la insulina.

Esto genera un aumento de la glucosa en la sangre, cuyo valor normal en ayunas es de:

**70 mg/dl – 110 mg/dl (\*)**

(\*) Consenso y recomendaciones Tratamiento de la Diabetes Mellitus con Insulinas. Revista Sociedad Argentina de Diabetes; 2005.

## ¿Cuáles son las causas de la diabetes?

En la mayoría de los casos la predisposición a tener diabetes es heredada.

El factor hereditario es más pronunciado en las personas con diabetes tipo 2 que en las personas con diabetes tipo 1.

**Existen posibles causas desencadenantes como:**



Sobrepeso u Obesidad.



Embarazo con más de 30 años de edad y sobrepeso.



Infecciones Virales (se asocian especialmente con la diabetes tipo 1).



Medicamentos.



Accidentes, enfermedad grave, operaciones.



Stress emocional (duelo familiar, etapa de desarrollo, etc).

# ¿Cuántas diabetes existen?

Los tipos de diabetes más importantes son:

## DIABETES TIPO 1:

Las personas necesitan aplicarse insulina todos los días desde el inicio de su enfermedad, ya que su páncreas no la produce en forma suficiente. En general se inicia en edades muy tempranas (niños, adolescentes y jóvenes) pero también puede comenzar en adultos.



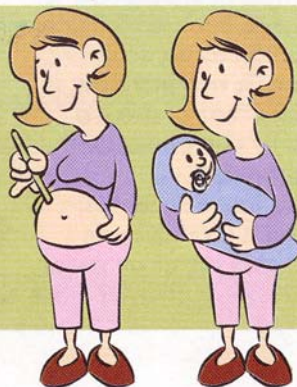
## DIABETES TIPO 2:

Generalmente comienza en la edad adulta. Para su tratamiento se utilizan comprimidos (antidiabéticos orales), aunque a lo largo de la enfermedad pueda necesitarse la aplicación de la insulina en forma transitoria o permanente.



## DIABETES GESTACIONAL:

Es un tipo de Diabetes que sólo afecta a mujeres embarazadas. En la mayoría de los casos desaparece después del parto. Es muy importante el control y cuidado durante todas las etapas del mismo ya que puede ocasionar problemas a la madre y al bebé.



# ¿Cuáles son algunos de los síntomas?



Sed constante.



Deseo frecuente de orinar.



Aumento del apetito.



Cansancio.



Visión borrosa.



Irritabilidad.



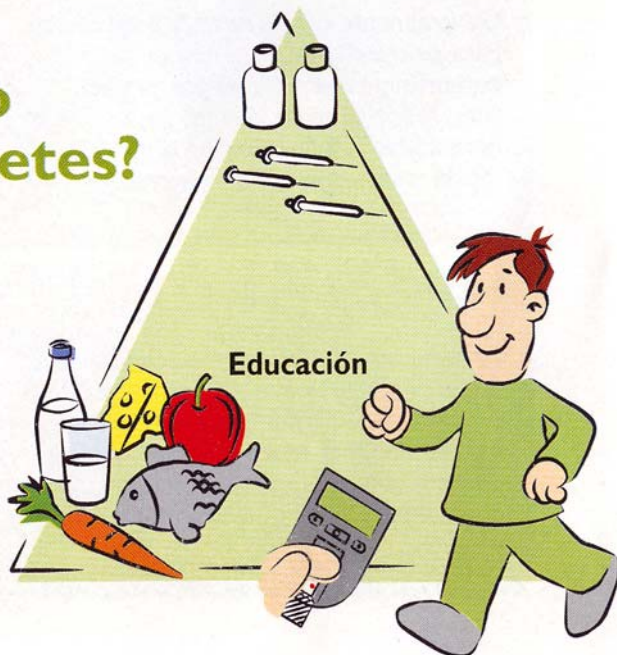
Calambres.



Descenso de peso.

# ¿Cuál es el tratamiento para la diabetes?

El tratamiento abarca un **plan alimentario** adecuado a su persona, la **actividad física**, el automonitoreo de la glucemia, la **medicación** (antidiabéticos orales y/o insulina) y una **educación** continua sobre diabetes (conocimientos; habilidades y cambios de actitud para lograr un mejor bienestar y una óptima calidad de vida).



# ¿Por qué es importante conocer sobre diabetes?

Porque la educación es la clave de la prevención. Así como la insulina es la llave que permite el ingreso de la glucosa a las células de nuestro cuerpo, el conocimiento es la clave para abrir nuestra libertad en la toma de decisiones frente a situaciones reales de nuestra cotidianidad, posibilitándonos la pérdida del miedo frente a lo desconocido.

## La educación diabetológica le permite a las personas con diabetes:

- Conocer la diabetes como enfermedad crónica y adquirir habilidades en los procesos tales como el automonitoreo, la aplicación de insulinas y el cuidado de los pies, como así también generar cambios en sus actitudes frente a esta enfermedad tratable.
- Colaborar con su médico y todo el equipo de salud en su propio tratamiento.
- Participar en el tratamiento y ser autónomo.
- Incorporar hábitos saludables de vida.
- Perder los miedos y las falsas creencias sobre esta enfermedad.
- Estar motivados en la adquisición de un mejor bienestar.



Tanto la adquisición de los conocimientos, como la incorporación de las habilidades y los cambios de actitudes frente a esta enfermedad son la base de nuestro eslogan: “Cambiando el futuro de la diabetes...”; en definitiva y en propias palabras de Elliot Joslin:

**“La educación sobre la diabetes se ha vuelto no sólo un elemento del tratamiento, sino el propio tratamiento”.**