

Diabetes: Lo Básico de la Diabetes

Diabetes del Tipo 1:

La diabetes es una condición en la cual el nivel de azúcar en su sangre está demasiado alto. Su sangre siempre contiene algo de azúcar en ella porque su cuerpo necesita azúcar para obtener energía. El exceso de azúcar en la sangre no es beneficioso para su salud.

La insulina ayuda a su cuerpo a administrar el contenido de azúcar en su sangre. Cuando usted tiene diabetes del tipo 1 su cuerpo no produce insulina. El azúcar se acumula en la sangre en lugar de moverse hacia las células. Los riñones no pueden administrar el exceso de azúcar y la expulsan hacia la orina. Si sus niveles de azúcar en la sangre permanecen altos a lo largo de un período largo de tiempo, usted podría desarrollar complicaciones serias del corazón, visión, riñones y pies.

Las personas con diabetes del tipo 1 deben tomar insulina varias veces al día para controlar la cantidad de azúcar en su sangre. La diabetes del tipo 1 usualmente se observa en niños y adultos jóvenes. Solía denominarse anteriormente diabetes juvenil. Cinco al diez por ciento (5-10%) de todas las personas con diabetes tienen diabetes del tipo 1.

Causa de la diabetes del tipo 1:

Un problema con el sistema de defensa (inmune) del cuerpo que ha destrozado las células en el páncreas que son responsables de producir insulina.

Síntomas de una diabetes descontrolada del tipo 1:

- Sed.
- Hambre.
- Aumento en la micción (*la cantidad de orina y la frecuencia*).
- Cansancio.
- Pérdida súbita de peso.
- Visión borrosa.
- Náusea, dolor de estómago, y vómitos.

Tratamiento de la diabetes del tipo 1:

Al controlar el contenido de azúcar en su sangre usted puede ayudar a mejorar su salud en general y su bienestar y podrá prevenir complicaciones a largo plazo.

- Tome la insulina mediante inyección o bomba (algunas veces con inhalador), tal y como se lo indique su proveedor de cuidados médicos.
- Coma una dieta sana.
- Revise su azúcar en la sangre, tal y como se lo indique su proveedor de cuidados médicos.
- Manténgase físicamente activo(a).
- ¡Si fuma, deje de fumar!

Pasos para una Mejor Salud

- Mantenga su nivel de azúcar en la sangre lo más cerca que sea posible al rango normal.
- Tome diariamente su insulina.
- Visite a su proveedor de cuidados médicos para obtener cuidados rutinarios de diabetes.
- Aprenda todo lo que pueda sobre la diabetes.