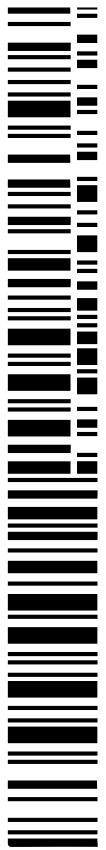


# DIABETES



26 SEPTIEMBRE 2023



# DIABETES

## ¿QUÉ ES LA DIABETES?

Se trata de una enfermedad metabólica crónica que se presenta cuando el nivel de glucosa (azúcar) en la sangre es muy alto.

La insulina es una hormona que se produce en el páncreas y ayuda a mantener los valores adecuados de azúcar en la sangre.

Con diabetes, el cuerpo no produce suficiente insulina o la insulina que produce no es utilizada adecuadamente.



## PREVENCIÓN

Algunos tips para poder llevar un estilo de vida saludable y poder prevenir o retrasar la diabetes tipo 2, son:

- Dieta equilibrada y saludable
- Hacer actividad física
- Mantener un peso
- No fumar

## TIPOS:

### TIPO 1

Suele aparecer con mayor frecuencia en la infancia o juventud, este tipo de diabetes aparece cuando el cuerpo no produce insulina porque el sistema inmunitario ataca y destruye las células del páncreas que la producen.

### TIPO 2

Es la más común y es cuando el organismo no puede producir la insulina suficiente o no es capaz de responder a sus efectos, lo que provoca la acumulación de glucosa en la sangre.

### GESTACIONAL

Ocurre durante el embarazo, los cambios hormonales originan un bloqueo de la función de la insulina. Cuando esto sucede, los niveles de glucosa incrementan.