

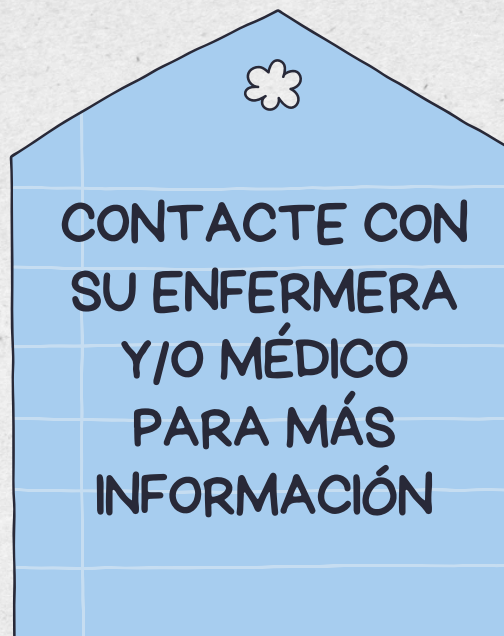


¿QUÉ ES LA DIABETES MELLITUS?

La diabetes es una enfermedad crónica producida por la elevación de glucosa (azúcar) en la sangre.

Normalmente, la insulina, producida por el páncreas, ayuda a que la glucosa sea utilizada como energía.

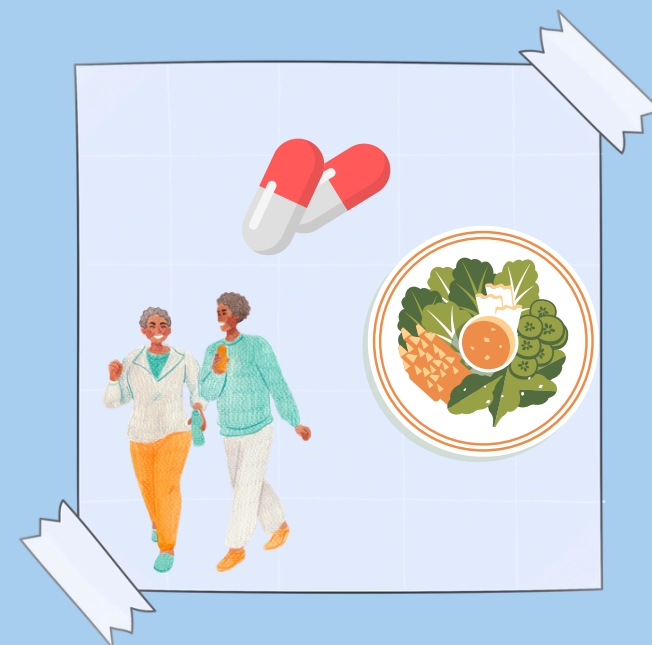
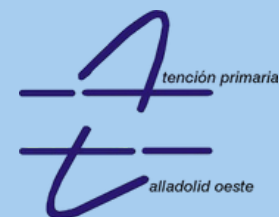
Sin embargo, en diabéticos el cuerpo no produce suficiente insulina o no la utiliza correctamente, lo que provoca que la glucosa se acumule en la sangre.



Enlaces de interés:

<https://www.saludcastillayleon.es/AulaPacientes/es/enfermedades/diabetes/diabetes-mellitus>

Anotaciones adicionales



DIABETES MELLITUS

Información y seguimiento

CUIDADOS

Realice una dieta mediterránea, evitando alimentos ultra procesados y grasas saturadas

Controle las raciones de hidratos de carbono. Elija opciones integrales

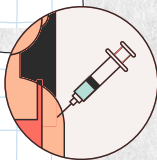
Evite el consumo de azúcar, dulces y refrescos.

Realice ejercicio físico a diario y mantenga un peso adecuado.

Evite el tabaco, el alcohol y otras drogas.

Vacúnese de gripe y neumococo

Siga el tratamiento. No lo modifique sin consultar



SEGUIMIENTO

CADA 6 MESES

- Análítica con hemoglobina glicosilada

CADA AÑO

- Valoración de síntomas agudos
- Valoración de complicaciones y síntomas crónicos
- Electrocardiograma
- Revisión de pies

CADA DOS AÑOS

- Retinografía o fondo de ojo

ENTRE 2-6 MESES

- Control de peso y tensión arterial
- Síntomas de hipoglucemia
- Revisión cumplimiento terapéutico

OBJETIVOS

El control de la diabetes se mide en los análisis de sangre con la Hemoglobina glicosilada (HbA1C).

En función de su edad y otras patologías el objetivo será diferente.



COMPLICACIONES

La diabetes mal controlada puede lesionar los ojos, los riñones, los nervios y el corazón.

Por lo tanto, es importante realizar el seguimiento pautado y cumplir con el tratamiento prescrito.