



## DIABETES MELLITUS

DIRIGIDO A FAMILIARES Y PACIENTES DE LA CLÍNICA ANGLO AMERICANA

### ¿Qué es la Diabetes Mellitus?

- La Diabetes Mellitus es una enfermedad en la que el organismo no produce insulina o en la que a pesar de producirla, no la utiliza adecuadamente.
- La Insulina es una hormona producida en el páncreas, indispensable para poder vivir. Sirve para asimilar, transformar y utilizar los nutrientes que circulan o están almacenados en nuestro cuerpo que constituyen la energía que necesitamos para que éste funcione.
- Cuando se desarrolla la Diabetes Mellitus, los niveles de azúcar en la sangre o glicemia, se incrementan. Esta glicemia elevada produce problemas en nuestro organismo. La Diabetes impide asimilar en forma adecuada los alimentos (se puede incluso disminuir de peso) o impide generar adecuada energía para el funcionamiento corporal.
- El azúcar o la glucosa elevada en el organismo genera pérdida excesiva de agua corporal y sales a través de la orina (deshidratación).
- Todo esto causa malestar y sensación de debilidad.
- Para determinar si un paciente tiene Diabetes Mellitus o presenta riesgo, los profesionales de la salud realizan una prueba de glucosa en ayunas o una prueba oral de tolerancia a la glucosa. Con cualquiera de las dos se pueden diagnosticar Diabetes. La prueba de glucosa en ayunas es más económica, rápida y fácil de realizar.
- Si la glucosa en ayunas está entre 100 y 125 mg./dl., el paciente tiene Hiperglicemia de ayuno o "prediabetes".
- Con un nivel de glucosa en la sangre en ayunas de 126 mg./dl. o más, se cumple el criterio de diagnóstico de diabetes.
- Otra forma de diagnosticar Diabetes es midiendo la Hemoglobina Glicosilada que es el resultado de la glucosa en sangre por varias semanas. Si su valor está sobre 6.5% también se cumple con un criterio para diagnosticar Diabetes.
- La Diabetes Mellitus puede aparecer a cualquier edad. Es una enfermedad compleja que necesita de un tratamiento prolongado y un aprendizaje continuo ayudado por el equipo de salud y el entorno familiar del paciente.
- Según la Organización Mundial de la Salud, en el mundo hay más de 346 millones de personas con Diabetes.
- En el Perú la Diabetes Mellitus es una enfermedad que afecta a casi 2 millones de personas y está entre las 15 causas más frecuentes de mortalidad en nuestro país, según informes de la Oficina de Estadística e Informática del Ministerio de Salud.



### Complicaciones

Si la Diabetes no se controla adecuadamente, se produce daño en muchos órganos de nuestro cuerpo.

- Se incrementa varias veces el riesgo de tener infartos al corazón.
- Aumenta el riesgo de enfermedades cerebrovasculares.
- Aumenta la probabilidad de tener Insuficiencia Renal.
- Es la mayor causa de amputación de miembros inferiores (excluyendo los accidentes).
- Genera enfermedad ocular. Ser diabético multiplica el riesgo de tener ceguera.
- Hace que las infecciones sean más frecuentes y más severas.
- Un diabético con mal control o complicaciones crónicas tiene más riesgo de enfermar y tiene peor evolución que el resto de las personas.
- Un diabético sin control adecuado tiene más riesgo de hospitalizarse y de permanecer más tiempo internado.

### Síntomas

Frecuentemente la Diabetes pasa desapercibida debido a que sus síntomas aparentan ser inofensivos. La detección prematura de los síntomas de la Diabetes y su tratamiento, disminuye la posibilidad de desarrollar complicaciones:

Algunos de estos síntomas incluyen:

- Aumento del volumen urinario
- Sed aumentada
- Hambre excesiva
- Pérdida de peso inexplicable
- Fatiga y debilidad
- Irritabilidad o cambios de ánimo
- Visión borrosa

### Factores de Riesgo

Mayor es el riesgo de desarrollar Diabetes si usted tiene:

- Sobrepeso y Obesidad
- Abdomen prominente
- Colesterol elevado
- Hipertensión arterial
- Antecedentes de Diabetes Gestacional
- Hijos que al nacer pesaron cerca o más de 4 kg.
- Familiares con Diabetes
- Elevación de ácido úrico
- Hígado graso

Si presenta uno o más de estos síntomas de diabetes, vea a su médico inmediatamente.



TE QUEREMOS SALUDABLE