



TRATAMIENTO.

La idea general del tratamiento independientemente del tipo de diabetes que se presente es mantener niveles normales de glucosa en sangre, para esto se considerarían valores normales <120 mg/dl en ayunas y <200 mg/dl a las 2 horas de la comida.

Existen múltiples medicamentos, ya sean vía oral o inyectables, así como substitutos de insulina para uso humano.

Todos estos deben ser utilizados bajo supervisión de un médico, y el control de su tratamiento es mensual.

¿CÓMO SE CONTROLA?

- Dieta balanceada y baja en grasas.
- Control del peso.
- Dejar de Fumar.
- Disminuir la ingesta de alcohol.
- Realización de actividad física regularmente.
- ACUDIR A SUS CHEQUEOS MÉDICOS



Sostenibilidad

Oficinas Parque Industrial.
Dirección: Calle 60 diag. No. 493, 97300 Mérida, Yucatán.
Teléfono: +529999302680 ext. 1336
Correo: sostenibilidad@bepensa.com

DIABETES.

- ¿Qué es la diabetes?
- ¿Cómo saber si tengo diabetes?
- Síntomas.
- Prevención.

¿QUÉ ES?

La diabetes mellitus es el nombre de un trastorno metabólico relacionado con la capacidad del cuerpo de utilizar la glucosa circulante, la cuales procesada por una hormona llamada insulina, que es secretada por el páncreas. La enfermedad puede darse de dos maneras, siendo bien por la falta total de la insulina (diabetes tipo 1) o por la resistencia de los tejidos a la función de la insulina (diabetes tipo 2).

DIAGNÓSTICO.

Según las guías más actualizadas de la Asociación Americana de Diabetes para el diagnóstico de la enfermedad se necesitan dos valores de preferencia del mismo estudio que sean positivos para los siguientes criterios.

- Glucosa Sérica >126 mg dl
- Hb1ac >7%
- Curva de tolerancia a la glucosa con dos valores alterados.

SÍNTOMAS.

- Cansancio excesivo.
- Hambre anormal.
- Acudir varias veces a orinar.
- Sed excesiva e insaciable..
- Acantosis Nigrans (Coloración oscura en pliegues de la piel)
- Presentar niveles alterados de glucosa en sangre.

¿QUÉ HACER SI TENGO ALGÚN SÍNTOMA?

Lo más recomendable es acudir al médico lo más pronto posible para recibir un diagnóstico y tratamiento oportuno.

FACTORES DE RIESGO.

- Estilo de vida inadecuado (Dieta rica en carbohidratos y grasas. Baja ingesta de fibra y micronutrientes)
- Escasa o nula actividad física.
- Sobrepeso u obesidad.
- Fumar.
- Mayores de 65 años.
- Familiares de primer grado con Diabetes Mellitus.
- Hipertensión.
- Niveles de colesterol y triglicéridos elevados.

COMPLICACIONES DE LA HIPERTENSION.

- INFARTO AL MIOCARDIO.
- INSUFICIENCIA RENAL.
- INSUFICIENCIA ARTERIAL PERIFÉRICA.
- RETINOPATÍA.
- PIE DIABÉTICO.
- CETOACIDOSIS.

Bepensa

Diabetes