



Departamento de Medicina
Preventiva y Laboral



CORTE SUPREMA DE
JUSTICIA DE LA NACIÓN
REPÚBLICA ARGENTINA

¿Qué es la Diabetes?

Es una enfermedad crónica que se caracteriza por presentar niveles de azúcar elevados en sangre.



¿Cuáles son las causas?

Normalmente, al ingerir alimentos, aumentan los niveles de azúcar en sangre lo que estimula al páncreas para producir una hormona llamada insulina, que hace que la glucosa ingrese a las células del cuerpo y las utilice como energía.

Al no producir una cantidad suficiente de insulina o no poder utilizar adecuadamente la insulina, las células dejan de responder a la misma, quedando niveles elevados de azúcar en la sangre y con el tiempo, esto puede causar problemas graves en distintos órganos.

¿Qué es la prediabetes?

Es una afección en la que los niveles de azúcar en la sangre son más altos que lo normal, pero todavía no han llegado a niveles lo suficientemente altos para que se diagnostique diabetes tipo 2.

TIPOS DE DIABETES

Diabetes tipo 1

10%

El cuerpo **no produce** insulina

No se puede prevenir

Diabetes tipo 2

90%

El cuerpo produce insulina pero es insuficiente

Se puede prevenir con hábitos saludables

Diabetes Gestacional

Nivel de glucemia elevado diagnosticado en el 2° o 3° trimestre de embarazo.

Otro tipo de Diabetes menos frecuente es la producida por enfermedades o medicaciones ej: enfermedades del páncreas, corticoides, etc

DIAGNOSTICO

El diagnóstico de la diabetes se realiza mediante la medición de la glucosa en sangre en ayunas y se recomienda en las siguientes circunstancias:

- A partir de los 35 años de edad.
- Adultos con sobrepeso u obesidad con al menos 1 factor de riesgo:
 - Familiares con diabetes (padres, hermanos, hijos).
 - Sedentarismo.
 - Enfermedad cardiovascular.
 - Hipertensión arterial.
 - Colesterol alto.
- Las personas con prediabetes deben realizarse la prueba anualmente.
- Las mujeres con antecedente de diabetes gestacional (controles al menos cada 3 años de por vida).
- Personas con HIV.



¿Cuáles son los valores normales de glucemia?

En personas sin factores de riesgo: menores de 110 mg/dl

En personas con factores de riesgo: menores de 100 mg/dl

Aquellos valores entre 100 o 110 y 125 mg/dl tienen una glucemia alterada en ayunas. Valores iguales o mayores a 126 mg/dl en dos ocasiones se diagnostica diabetes.

SINTOMAS

DIABETES

SÍNTOMAS Y SEÑALES



ORINAR
FRECUENTEMENTE



MUCHA
SED



HAMBRE



DEBILIDAD



PÉRDIDA DE
PESO



VISIÓN
BORROSA



NAUSEAS



HERIDAS
SANAN LENTO



HORMIGUEO
EN LAS MANOS

Ante la presencia de alguno de éstos síntomas deberá consultar con su médico

TRATAMIENTO

Se basa en 4 pilares:

-Educación diabetológica: Incorporar conocimientos acerca de la enfermedad y las estrategias para los cuidados cotidianos es un componente esencial del tratamiento de la diabetes y otras enfermedades crónicas.

-Estilo de vida saludable:

Plan alimentario equilibrado que incluyan verduras, frutas, granos integrales, legumbres, carnes magras, lácteos descremados y bajo en sodio; con reducción al mínimo del consumo de alcohol.

Actividad física aeróbica.

No fumar.

-Tratamiento farmacológico:

Medicación vía oral o inyecciones de insulina.

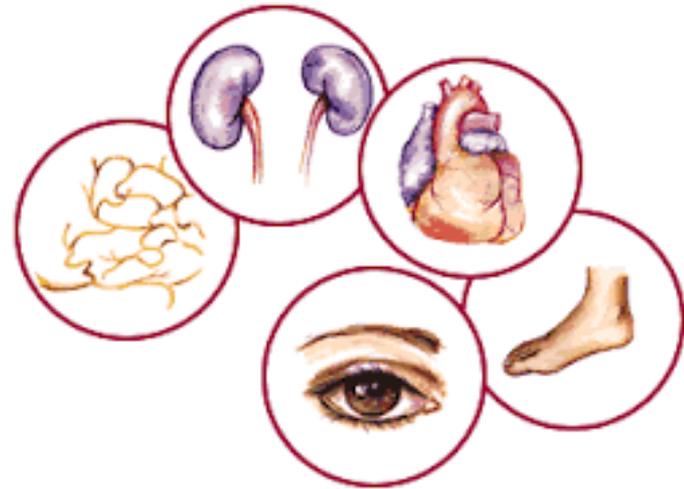
-Tratamiento de sus factores de riesgo y enfermedades asociadas:

hipertensión, sobrepeso u obesidad, colesterol alto.



COMPLICACIONES DE LA DIABETES

Cuando el azúcar en sangre tiene valores elevados sostenidos durante mucho tiempo, puede dar lugar a las complicaciones crónicas. Cuando se afectan los pequeños vasos sanguíneos, se denominan complicaciones **microvasculares** (comprometen a los ojos, riñones y nervios de los pies). Si se afectan los vasos sanguíneos de mayor tamaño, se denominan complicaciones **macrovasculares**, (comprometen al corazón, cerebro y/o arterias de los miembros inferiores). Pueden prevenirse, controlando los niveles de glucemia y los otros factores de riesgo cardiovasculares (hipertensión arterial, dislipidemia, obesidad, tabaquismo y sedentarismo).



CUIDADOS ESPECIALES DE LOS PACIENTES DIABÉTICOS

- Cuidados de pies
- Realizar los análisis de sangre y orina que le solicite su equipo de salud y automonitoreo glucémico en aquellos pacientes que lo requieren.
- Control oftalmológico una vez por año.
- Control odontológico una o dos veces por año.
- Tener las vacunas al día:
Vacuna SARS-CoV-2.
Vacuna antigripal.
Vacuna contra el neumococo (para prevenir neumonía).



BIBLIOGRAFIA

- American Diabetes Association <https://diabetes.org/sites/default/files/2021-09/what-is-diabetes-SPANISH.pdf>
- Guía Nacional de práctica clínica del Ministerio de Salud de la Nación



Departamento de Medicina
Preventiva y Laboral



CORTE SUPREMA DE
JUSTICIA DE LA NACIÓN
REPÚBLICA ARGENTINA