

Que es la Diabetes?



Para poder entender la diabetes es necesario que entiendas como tu cuerpo funcionaba antes de desarrollar diabetes.

1.La comida que ingieres esta formada por grasas, proteínas y carbohidratos.

2.Tu cuerpo consigue energía de los carbohidratos. Estos se convierten en glucosa y llegan a tu sangre.

3.Este causa que tu páncreas envíe insulina a tu torrente sanguíneo. Por tanto, la insulina y la glucosa llegan a tu cuerpo al mismo tiempo.

4.La insulina es la llave que permite que las células de tu cuerpo puedan utilizar la glucosa como energía.

Tu desarrollas diabetes cuando tu páncreas no puede crear insulina o la insulina que produce no funciona de la manera adecuada. Sin la insulina tu cuerpo no puede utilizar la glucosa para energía .

Los síntomas más comunes de diabetes son:

- Aumento de sed.
- Aumento de apetito.
- Sentimiento de cansancio.
- Pérdida de peso.
- Orinar con frecuencia.

Hay 2 tipos de Diabetes

Diabetes tipo 1

- Las células en el páncreas que crean la insulina están destruidas.
- Debes inyectarte insulina.
- Es el tipo de diabetes que ocurre más en los niños.
- Cubre alrededor del 10% de los casos de diabetes.

Diabetes tipo 2

- La insulina que tu cuerpo crea no funciona de manera correcta. Después de un tiempo tu páncreas no crea suficiente insulina.
- El tratamiento incluye inyecciones de insulina, pastillas, dieta y ejercicio.
- Ocurre comúnmente en la adultez pero en algunos casos puede ocurrir en niños.
- Cubre alrededor del 90% de los casos de diabetes.

Detalles sobre la diabetes

- La diabetes no es causada por ingerir mucha azúcar.
- No hay nada que se pueda hacer para evitar la diabetes tipo 1.
- Una persona con diabetes y buen cuidado puede ser tan saludable como una persona sin diabetes.

Repasemos

- Cuando tienes diabetes tu páncreas deja de crear insulina o la insulina que crea no funciona correctamente.
- Tu cuerpo necesita la insulina para funcionar correctamente y convertir la comida en energía.
- La diabetes no es causada por comer o beber mucha azúcar.
- La insulina permite que los carbohidratos entren a tus células y te den energía.