

Servicios de Atención Médica de la División de Discapacidades del Desarrollo

Diabetes tipo I

Hoja Informativa de Salud



Se cree que la diabetes tipo I es causada por una reacción autoinmune. Esto hace que el cuerpo se ataque a sí mismo por error. Destruye las células del páncreas que producen insulina. Este proceso puede durar meses o años antes de que aparezcan los síntomas. Su páncreas no produce insulina o produce muy poca insulina si tiene diabetes tipo 1. La insulina ayuda a que el glucosa en la sangre ingrese a las células de su cuerpo para usarlo como energía. Sin insulina, el glucosa en la sangre no puede entrar en las células y se acumula en el torrente sanguíneo. Un nivel alto de glucosa en la sangre es perjudicial para el cuerpo. Causa muchos síntomas y complicaciones de la diabetes. Los hábitos alimentarios y de estilo de vida no causan diabetes tipo 1. La diabetes tipo 1 a menudo se desarrolla en niños, adolescentes y adultos jóvenes, pero puede ocurrir a cualquier edad.

Las pautas de esta hoja informativa se proporcionan únicamente como información general y no deben considerarse un sustituto de la atención o tratamiento médico proporcionado por un médico.

Algunos hechos:

Actualmente, nadie sabe cómo prevenir la diabetes tipo 1. Se puede manejar de la siguiente manera:

- Seguir las recomendaciones de su médico para llevar un estilo de vida saludable.
- Controlar su nivel de glucosa en la sangre.
- Hacerse chequeos de salud regulares.
- Obtener educación y apoyo para el autocontrol de la diabetes.

Factores de Riesgo:

- *Antecedentes familiares:* Tener un padre, madre, hermano o hermana con diabetes tipo 1.
- *Edad:* Se puede contraer diabetes tipo 1 a cualquier edad, pero generalmente se desarrolla en niños, adolescentes o adultos jóvenes.

Signos y síntomas:

Pueden pasar meses o años antes de que se noten los síntomas. Los síntomas de la diabetes tipo 1 pueden desarrollarse en solo unas pocas semanas o meses. Cuando aparecen pueden ser intensos. Los síntomas incluyen:

- Náuseas.
- Vómito.
- Dolores estomacales.
- Orinar mucho, a menudo por la noche.
- Sed excesiva o sensación de sed extrema todo el tiempo.
- Pérdida de peso sin tomar medidas para disminuir la ingesta calórica para tratar de perder peso.
- Exceso de hambre o sensación de hambre extrema todo el tiempo.
- Visión borrosa.
- Manos o pies entumecidos u hormigueantes.
- Sensación de cansancio extremo.
- Tener la piel seca.
- Llagas corporales que sanan lentamente.
- Aumento de las infecciones.

Complicaciones de la diabetes:

La hipoglucemia y la cetoacidosis diabética son complicaciones comunes de la diabetes. Es importante saber cómo manejar ambos. Reúnase con su médico para conocer los signos y síntomas y obtener consejos sobre cómo tratarlos.

Diabetes tipo I



Tratamiento

Asista a las citas de rutina con su equipo de atención médica, que pueden incluir:

- Médico de atención primaria (PCP).
- Podología.
- Dentista.
- Oftalmólogo.
- Nutricionista en Servicio de Alimentación.
- Educador en diabetes.
- Farmaceuta.

Siga las indicaciones de su médico

Tendrá que tomar inyecciones de insulina o usar una bomba de insulina todos los días. La insulina es necesaria para controlar sus niveles de glucosa en la sangre y darle energía a su cuerpo. Su médico trabajará con usted para determinar el mejor tipo para usted y la dosis de insulina.

Tendrá que hacer controles regulares de glucosa en la sangre. Pregúntele a su médico con qué frecuencia debe revisarlo y cuáles deben ser sus niveles objetivo de glucosa en la sangre. Mantener sus niveles de glucosa en la sangre lo más cerca posible del objetivo le ayudará a prevenir o retrasar las complicaciones relacionadas con la diabetes.

Qué puede hacer para controlar la diabetes tipo 1

- Controle el estrés.
- Elija alimentos saludables.
- Sea físicamente activo.
- Controle su presión arterial.
- Controle su colesterol.
- Asista a las citas de rutina con su equipo de atención médica.
- Siga las indicaciones de su médico.