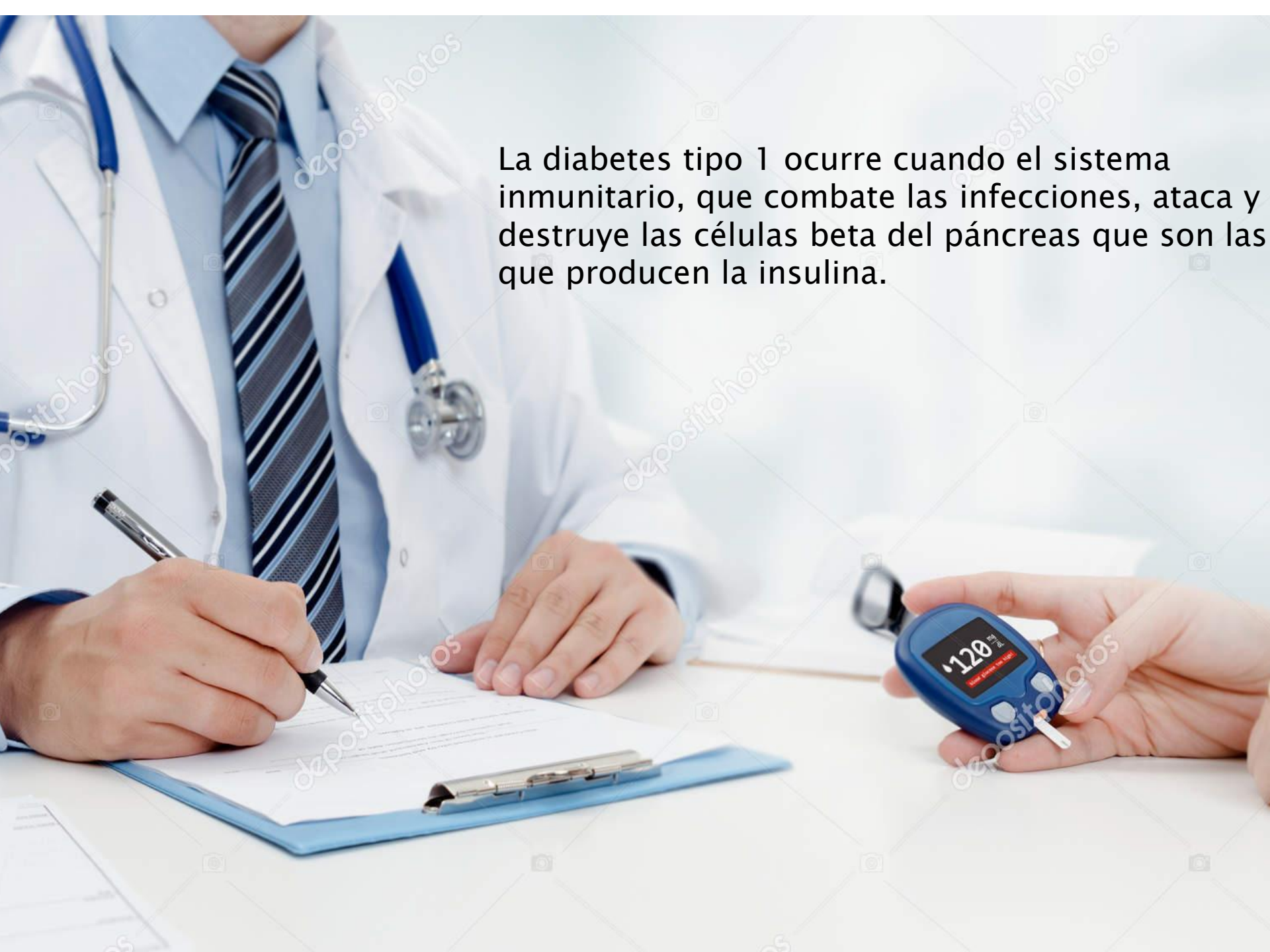


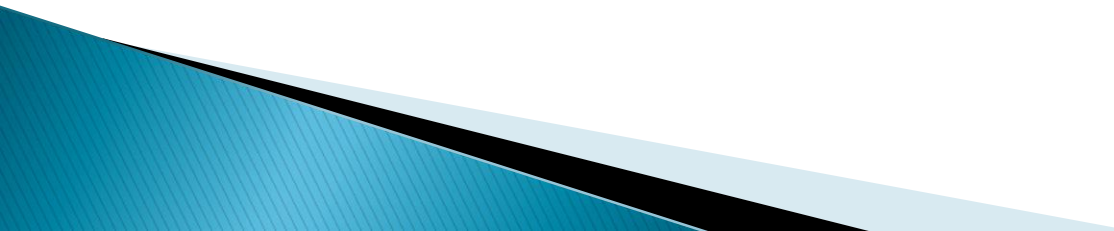
# Autocuidado al paciente diabético en su domicilio

A doctor in a white lab coat and a striped tie is sitting at a desk, writing on a clipboard with a pen. A stethoscope is visible around his neck. In the foreground, a patient's hand is holding a blue glucometer, which displays a reading of '120'. The background is a plain, light-colored wall.

La diabetes tipo 1 ocurre cuando el sistema inmunitario, que combate las infecciones, ataca y destruye las células beta del páncreas que son las que producen la insulina.

- ▶ La creciente incidencia y prevalencia de la DM puede atribuirse al aumento de la expectativa de vida, proceso avanzado de industrialización y urbanización y cambios en el estilo de vida que proporcionan el aumento del número de personas sedentarias y con sobrepeso/obesidad. En ese escenario, la referida enfermedad crónica es considerada uno de los principales problemas de salud pública

# SINTOMAS

- ▶ aumento de la sed y de las ganas de orinar
  - ▶ aumento del apetito
  - ▶ fatiga
  - ▶ visión borrosa
  - ▶ entumecimiento u hormigueo en las manos o los pies
  - ▶ úlceras que no cicatrizan
  - ▶ pérdida de peso sin razón aparente
  - ▶ Los síntomas de la diabetes tipo 1 pueden aparecer rápidamente, en cuestión de semanas.
- 

# LA DIABETES

## SIGNOS Y SÍNTOMAS



necesidad de orinar  
con frecuencia



pérdida  
de peso



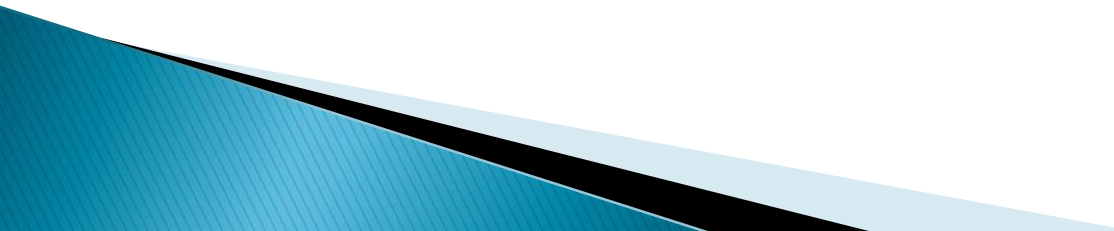
falta  
de energía



sed  
excesiva

Si tiene estos síntomas,  
busque atención médica ya.

# FACTORES DE RIESGO

- ▶ Antecedentes familiares
  - ▶ Genética.
  - ▶ Edad. Aunque la diabetes tipo 1 puede aparecer a cualquier edad
- 

# ENTIENDA LA DIABETES

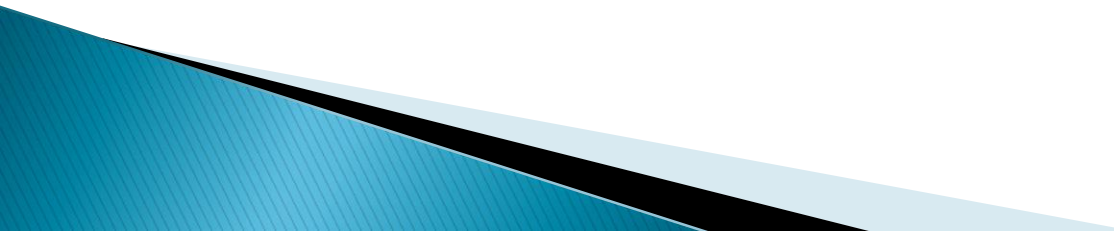


# TOME EL CONTROL



14 de Noviembre  
Día Mundial de la Diabetes  
2011

# TRATAMIENTO

- ▶ Tomar insulina
  - ▶ Realizar un recuento de hidratos de carbono, grasa y proteínas
  - ▶ Controlar con frecuencia el azúcar en la sangre
  - ▶ Consumir alimentos saludables
  - ▶ Hacer ejercicio en forma regular y mantener un peso saludable
- 

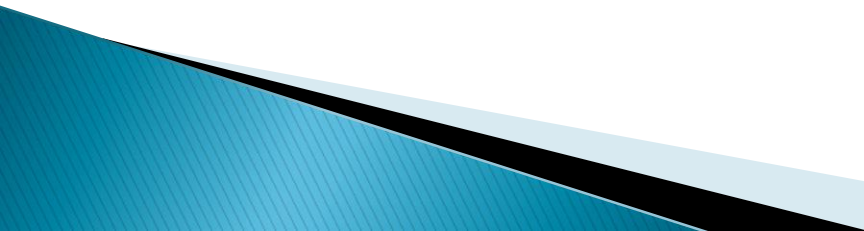


# DIABETES – TRATAMIENTO!



#dietacientifica

# se puede prevenir la diabetes mellitus

- ▶ Perder peso y mantenerlo. ...
  - ▶ Seguir un plan de alimentación saludable. ...
  - ▶ Haga ejercicio regularmente. ...
  - ▶ No fume. ...
  - ▶ Hable con su proveedor de atención médica para ver si hay algo más que pueda hacer para retrasar o prevenir la diabetes
- 



**STOP**  
**DIABETES**

mmol/L  
5.3  
11:12:09

100  
80  
60  
40  
20  
0