

Diabetes tipo 1

¿QUÉ ES LA DIABETES?

La diabetes es un problema del organismo que causa que el nivel de glucosa (azúcar) en la sangre aumente más de lo normal. Esto también se llama hiperglucemia.

Cuando come, el cuerpo convierte los alimentos en glucosa y la envía a la sangre. La insulina luego ayuda a pasar la glucosa de la sangre a las células. Cuando la glucosa ingresa a las células, se usa ya sea como fuente de energía de inmediato o se almacena para uso posterior. En las personas con diabetes, hay un problema con la insulina. Pero no todas las personas con diabetes tienen el mismo problema.

Hay diferentes tipos de diabetes: tipo 1, tipo 2 y una afección llamada diabetes gestacional, que se presenta durante el embarazo. Si tiene diabetes, el organismo no produce suficiente insulina o no puede usar muy bien la insulina que produce.

¿QUÉ ES LA DIABETES TIPO 1?

En la diabetes tipo 1, el sistema inmunitario destruye por error las células del páncreas que producen insulina. El organismo percibe estas células como invasores y las destruye. La destrucción se produce durante varias semanas, meses o años.

Cuando se destruyen suficientes células beta, el páncreas deja de producir insulina o produce poca insulina. Ya que el páncreas no produce insulina, es necesario reemplazarla. No hay insulina en pastilla. Las personas con diabetes tipo 1 se inyectan insulina con una jeringa, un bolígrafo de insulina o una bomba de insulina. Sin insulina, el nivel de glucosa en la sangre aumenta y es más alto de lo normal, lo que se llama hiperglucemia.

La diabetes tipo 1 afecta a aproximadamente 5% de las personas en Estados Unidos con diabetes. En el pasado, la diabetes tipo 1 se llamaba diabetes juvenil o diabetes insulino dependiente. Por lo general se diagnostica inicialmente en personas jóvenes, pero puede ocurrir a cualquier edad. La diabetes tipo 1 es mucho menos común que la diabetes tipo 2.

¿QUÉ DIFERENCIAS HAY ENTRE LA DIABETES TIPO 1 Y TIPO 2?

Con la diabetes tipo 2, el organismo no usa la insulina debidamente. Esto se llama resistencia a la insulina. Primero, las células beta producen insulina adicional para compensar. Pero con el tiempo el páncreas no puede producir suficiente insulina para hacer que su nivel de glucosa en la sangre sea normal. La diabetes tipo 2 se puede tratar con medicamentos orales, insulina o ambos. El tratamiento de la diabetes tipo 1 siempre es insulina.

¿QUÉ CAUSA LA DIABETES TIPO 1?

Los científicos no están seguros de qué causa la diabetes tipo 1. No es contagiosa, y el consumo de azúcar no es la causa. Se investigan las causas exactas de la diabetes tipo 1 y las formas de prevenirla.

¿QUÉ TRATAMIENTOS SE USAN PARA LA DIABETES TIPO 1?

Los dos objetivos del tratamiento de la diabetes son asegurar que se sienta bien a diario y prevenir o retrasar los problemas de salud a largo plazo. La mejor manera de alcanzar dichos objetivos es:

- usar insulina
- planear sus comidas—escoger qué, cuánto y cuándo comer
- hacer actividad física

¿CÓMO SÉ SI MI TRATAMIENTO PARA LA DIABETES ESTÁ SURTIENDO EFECTO?

Hacerse la prueba de hemoglobina glucosilada (A1C) por lo menos dos veces al año lo ayuda a usted y a su equipo médico a estar al tanto de qué tan bien se está controlando el nivel de glucosa en la sangre. A1C es uno de los datos básicos de la diabetes, que le indican si el tratamiento general para la diabetes está surtiendo efecto. Estos datos son:

A1C o estimado de glucosa promedio (estimated average glucose o eAG)

La A1C mide el promedio de glucosa en la sangre durante los últimos dos o tres meses. Es una medición de la sangre “con memoria”. Su proveedor de servicios médicos puede referirse a ella como estimado de glucosa promedio o eAG. El eAG indica el A1C en el mismo tipo de unidad (mg/dl) que el medidor de glucosa que usa en casa.

Presión arterial

Los datos sobre su presión arterial le indican la fuerza de la sangre dentro de los vasos sanguíneos. Cuando tiene la presión alta, el corazón debe hacer más esfuerzo.

Nivel de colesterol

Los datos sobre su colesterol le dicen la cantidad de grasa que tiene en la sangre. Un tipo, el colesterol de baja densidad o LDL por sus siglas en inglés, puede obstruir los vasos sanguíneos y resultar en enfermedades del corazón.

¿CÓMO LO AFECTA LA DIABETES A DIARIO?

La diabetes puede tener un impacto en cómo se siente cada día. Si tiene un nivel demasiado alto o bajo de glucosa en la sangre (hipoglucemia), posiblemente no se sienta bien. Mantener la glucosa dentro de los límites deseados lo ayuda a sentirse mejor.

Las personas con diabetes tipo 1 deben usar insulina varias veces al día para mantener la glucosa bajo control. También deben medirse la glucosa en la sangre con frecuencia y usar la información para modificar la cantidad de insulina que usan. Hable con su equipo médico sobre cómo y cuándo medirse la glucosa en la sangre.

Si bien la atención diaria de la diabetes está en sus manos, su equipo médico está a su disposición para ayudarlo.

Se pueden encontrar más volantes sobre este tema y otros en <http://professional.diabetes.org/PatientEd>

Para obtener más información, visite diabetes.org/espanol o llame al 1-800-DIABETES