

## Diabetes tipo 2

### ¿Qué es la diabetes?

- La diabetes es una condición de por vida que hace que el nivel de azúcar en la sangre de una persona sea demasiado alto
- Hay dos tipos principales de Diabetes: Tipo 1 y Tipo 2
- En el Reino Unido, alrededor del 90 % de todos los adultos con diabetes tienen diabetes tipo 2
- Hablaremos del Tipo 2 en este texto.

### ¿Qué causa la diabetes tipo 2?

- La cantidad de azúcar en la sangre está controlada por una hormona llamada insulina, que es producida por el páncreas (una glándula detrás del estómago).
- Cuando la comida se digiere y entra en el torrente sanguíneo, la insulina saca la glucosa de la sangre y la lleva a las células, donde se descompone para producir energía.
- Sin embargo, si tiene diabetes, su cuerpo no puede descomponer la glucosa en energía. Esto se debe a que no hay suficiente insulina para mover la glucosa o la insulina producida no funciona correctamente. En el caso de la Diabetes Tipo 2, la insulina producida no funciona correctamente.

### ¿Cuáles son los signos y síntomas de la diabetes tipo 2?

Hay varios síntomas asociados con la diabetes. Éstas incluyen:

- sintiendo mucha sed
- orinar con más frecuencia de lo habitual, especialmente por la noche
- sentirse muy cansado
- pérdida de peso y pérdida de masa muscular
- picazón alrededor del pene o la vagina, o episodios frecuentes de aftas
- cortes o heridas que sanan lentamente
- visión borrosa

### ¿Cuál es el tratamiento para la diabetes tipo 2?

- Puede ayudar a controlar la diabetes tipo 2 a través de una alimentación saludable, ejercicio regular y lograr un peso corporal saludable.

Realice análisis de sangre regulares para asegurarse de que sus niveles de glucosa en sangre se mantengan equilibrados.

Medicamentos para la diabetes tipo 2:

- Hay muchos tipos de medicamentos para la diabetes tipo 2. Puede llevar tiempo encontrar un medicamento y una dosis adecuados para usted.

- Por lo general, primero le ofrecerán un medicamento llamado metformina.
- Es posible que deba tomar medicamentos adicionales o un medicamento diferente, como insulina, si:
  - el tratamiento no mantiene los niveles de azúcar en la sangre dentro de un rango saludable
  - tiene problemas de corazón o necesita perder peso
- Su médico de cabecera o enfermera de diabetes le recomendará los medicamentos más adecuados para usted.
- Es posible que su medicamento no lo haga sentir diferente, pero esto no significa que no esté funcionando. Es importante seguir tomándolo para ayudar a prevenir futuros problemas de salud.

## Referencias

- <https://www.nhs.uk/conditions/type-2-diabetes/>