

## Diabetes, tipo 1 - [Diabetes, Type 1]



La diabetes tipo 1 es una enfermedad de por vida que se inicia cuando el páncreas deja de elaborar insulina. La insulina es una hormona que permite que el azúcar, o glucosa, pase de la sangre a las células del cuerpo. Las células utilizan el azúcar para energía o la almacenan para su uso posterior.

Si el azúcar no puede pasar de la sangre a las células, el nivel de azúcar en la sangre se eleva demasiado y las células no pueden trabajar correctamente. Además, mucho azúcar en la sangre puede causar problemas graves.

La diabetes tipo 1 se puede desarrollar a cualquier edad. Pero generalmente se desarrolla en niños y adultos jóvenes, por lo regular antes de la edad de 30 años. Debido a esto, a la diabetes tipo 1 se la solía llamar diabetes juvenil.

También ha sido llamada diabetes mellitus insulino dependiente, porque una persona con diabetes tipo 1 necesita inyecciones diarias de insulina.

### ¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas de la diabetes tipo 1 suelen empezar rápidamente, a lo largo de unos días a unas semanas. A menudo, los síntomas se empiezan a observar después de una enfermedad, como la gripe.

Las primeras señales de alerta de la diabetes son fáciles de pasar por alto. Esté atento a estos síntomas:

- Necesita orinar con frecuencia.
- Tiene mucha sed la mayor parte del tiempo.
- Está más hambriento de lo normal.
- Baja de peso.

A medida que los niveles de azúcar en la sangre se elevan, los síntomas podrían ser más fáciles de notar:

- Tiene visión borrosa.
- Tiene somnolencia.
- Respira muy rápidamente.
- Tiene aliento con olor fuerte y afrutado.
- No tiene hambre.
- Tiene dolor abdominal.
- Vomita.
- Tiene la piel enrojecida, caliente y seca.

### ¿Cómo se trata la diabetes tipo 1?

El tratamiento se centra en mantener su nivel de azúcar en la sangre lo más cerca posible de sus límites ideales. Puede controlar el azúcar en la sangre si:

- Sigue la dieta que su médico o dietista registrado le da.
- Se aplica las inyecciones de insulina.

- Sigue el programa de ejercicios que su médico le da.
- Lleva un registro diario de sus niveles de azúcar en la sangre. Lleve el registro con usted cada vez que vaya al médico.
- Muchos monitores de azúcar en la sangre tienen programas que le permiten ver retrospectivamente sus niveles de azúcar en la sangre durante días, semanas o incluso meses. Esto le ayuda a ver cómo debe mejorarse su control de azúcar en la sangre si fuera necesario.