



APRENDIENDO ACERCA DE LA DIABETES TIPO II

CALLE ALLENDE NO. 107
SANTO TORIBIO XICOHTZINCO,
TLAXCALA. C.P. 90780
TELEFONO: 01 (222) 2 81 09 89
clinica24hrs@yahoo.com.mx

Aprendiendo Acerca de la Diabetes Tipo II.

Si su médico le ha dicho que usted padece **diabetes tipo II**, probablemente tenga muchas preguntas. Esta hoja de información contesta algunas de ellas. Pero antes de entrar en el tratamiento, usted debe tener cierta información básica:

- * ¿Qué es la diabetes?
- * ¿Cómo ayuda mi tratamiento?

¿Qué es la diabetes tipo II ?

Para entender la diabetes tipo II, usted necesita saber como utiliza el cuerpo el alimento:

- * Las células de su cuerpo (que forman los órganos) obtienen la energía de un azúcar llamado glucosa. Gran parte del alimento que comemos es desintegrado en el azúcar glucosa. La glucosa se almacena en el hígado.
- * Cuando su cuerpo necesita energía, el hígado deja de escapar un poco de glucosa hacia la corriente sanguínea. Entonces los órganos que necesitan azúcar la capturan y la utilizan.
- * Una sustancia llamada insulina ayuda a la glucosa a penetrar en las células que la necesitan.
- * La insulina es elaborada en el páncreas, que se encuentra debajo del hígado.
- * La insulina se une a receptores en el

exterior de las células A. Los receptores son como cerraduras. La insulina es una llave. Una vez que la insulina esta unida a los receptores de la célula la glucosa puede entrar.

Si usted padece diabetes tipo II, su cuerpo no usa correctamente el azúcar glucosa.

Esto pasa debido a problemas con la insulina que elabora. La insulina no puede hacer su función si está atrapada en el páncreas.

* Las células que utilizan insulina pierden los receptores de la insulina B. La insulina no puede unirse al receptor y el azúcar glucosa no puede entrar.

* Algunas veces los receptores de insulina de una célula no se pueden unir a la insulina C.

Imagine una cerradura descompuesta en donde no puede embonar una llave. Vea los dibujos de la página siguiente para entender mejor esto.

Si la glucosa no puede entrar en las células, se acumula en la sangre.

Tener mucha glucosa en la sangre puede causar eventualmente diversos problemas serios incluyendo:

- » Ataque al corazón
- » Daño a los ojos
- » Problemas en el riñón
- » Daño a los pies

¿Por qué me pasó esto a mí?

Los médicos no saben por qué algunas

personas padecen diabetes tipo II.
Algunas veces se ve en familias. ¿Tiene Usted parientes con diabetes?

Tener sobrepeso también aumenta las probabilidades de la diabetes tipo II. De hecho, el 80-90% de la gente con diabetes tipo II, tiene sobrepeso.

¿Puede ser tratada la diabetes?

La diabetes tipo II puede ser tratada, pero depende de Usted. Las dos partes más importantes del tratamiento de la diabetes son:

- » Bajar un poco de peso
- » Hacer ejercicio

Su médico también puede darle medicina o insulina, pero estos medicamentos no actúan a menos que usted también baje de peso y practique ejercicio.

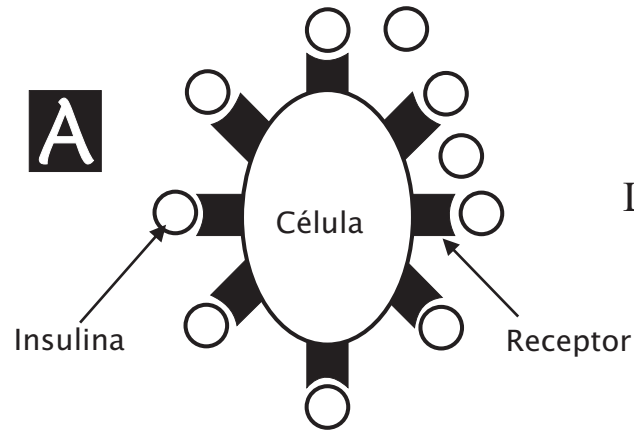
¿Por qué ayuda tanto la dieta y el ejercicio?

Es difícil creer que la dieta y el ejercicio actúen mejor que la medicina, pero es cierto.

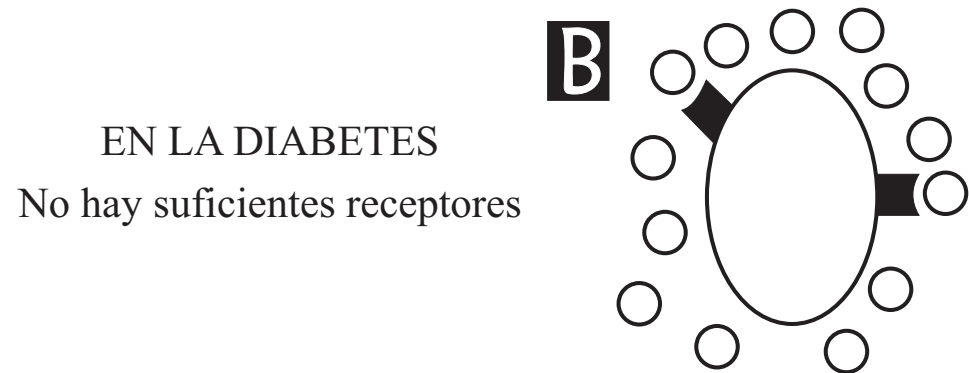
¿Por que pasa esto?

- » La reducción de un poco de peso, unos 4-5 Kg. Hace que la insulina que se une a la célula funcione mejor.
- » El ejercicio también hace que los receptores de la insulina funcionen mejor.

Diabetes tipo II



NORMAL
La insulina se une a las células



Dr. Gerardo Juárez Juárez
Director General