

PRIMER DÍA DEL DIAGNOSTICO

En el primer día del diagnóstico de una diabetes, el paciente o sus familiares sufren una especie de shock y de rechazo ante una situación que le o les "**desborda**".

PRIMER DÍA DEL DIAGNÓSTICO:

¿TIENE USTED DIABETES?

¡Tranquilo! No es usted solo, ni está usted solo. Existen millones de personas que padecen diabetes y continúan viviendo una vida confortable. De cada 100 personas entre 6 y 10 tienen diabetes. Actualmente en el mundo 1 de cada 2 diabéticos NO sabe que padece esta enfermedad. En el mundo hay cerca de 400 millones de diabéticos.

Es importante seguir los consejos del médico especialista, así como de la educadora en diabetes.

Otro punto importante es la información y la actualización de la misma, para ello existen numerosas asociaciones de diabéticos que contribuyen a difundir amplios conocimientos de la enfermedad. Es importante estar inscrito en una de estas entidades para estar al día de todas las novedades y poder asistir a las distintas conferencias y actividades que se organizan.

En nuestra región está la ADC (Associació de Diabètics de Catalunya) que tiene delegaciones en distintas poblaciones, una de ellas en nuestra ciudad TERRASSA

¿QUE ES LA DIABETES?

Se trata de una enfermedad que se caracteriza por un aumento de la concentración de glucosa (azúcar) en sangre (glucemia) debido a que el páncreas no produce toda la insulina que el organismo precisa y además no cumple bien su cometido y actúa de una manera defectuosa.

CIFRAS DE GLUCEMIA QUE NOS INDICAN SEÑALES DE "DIABETES"

- 1) Tener síntomas de diabetes (beber mucha agua, orinar mucho, pérdida de peso, mucho apetito, etc.) y presentar glucemias a cualquier hora del día superiores 150 mg/dl

- 2) Sin tener síntomas pero tiene glucemias en ayunas superiores a 125 mg/dl. En más de dos ocasiones.
- 3) Si después de realizar una sobrecarga oral de glucosa de 75 gramos y a las dos horas su glucemia es igual o superior a 180 mg/dl.

CONCEPTOS CON LOS CUALES DEBE FAMILIARIZARSE

GLUCEMIA : glucosa (azúcar) en sangre

HIPERGLUCEMIA : glucosa en sangre en niveles superiores a 125 mg/dl.

HIPOGLUCEMIA : glucosa en sangre con niveles inferiores a los normales o sea menos de 70 mg/dl

INSULINA : Hormona que ayuda a introducir la glucosa de la sangre en las células de nuestro organismo. La utilizan los diabéticos tipo 1 y algunos tipo 2.

ANTIDIABÉTICOS ORALES : son las pastillas que toman normalmente los diabéticos tipo 2 .

PÁNCREAS : órgano que produce la insulina

HIDRATOS DE CARBONO : Azucares que deben controlarse en las dietas.