

LA DIABETES

Martha Hahmann



ÍNDICE

¿Qué es la diabetes?	4
Diabetes tipo 1	8

Si haces deporte, es muy probable que te pongas un protector solar para la cara o uses una espinillera. También harás ejercicios de estiramiento antes del partido para prevenir lesiones. Es imposible predecir qué pasará en cada situación, pero la mayor parte de las veces puedes evitar accidentes tomando ciertas precauciones de seguridad. La espinillera previene patadas fuertes, el protector quemaduras y el estiramiento lesión en los músculos. Tu tomas estas precauciones porque conoces los daños. ¿Tomarías precauciones si conoces de una enfermedad? Yo sí.

A veces, también es aconsejable tomar medidas preventivas con problemas de salud como la diabetes. Lo que hagas ahora, puede ayudar a prevenir problemas de salud en el futuro. Aprendamos sobre la diabetes.



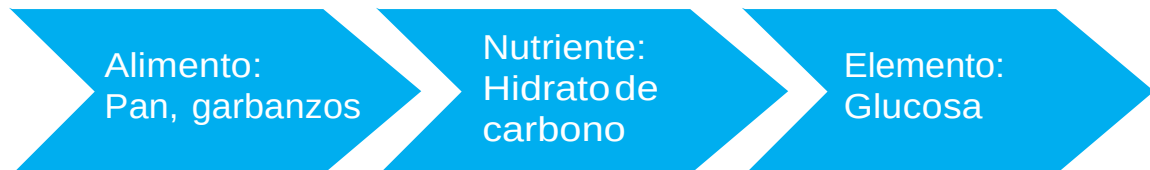
¿Qué es la diabetes?

La diabetes es una enfermedad que afecta el modo en que el organismo utiliza la glucosa. La glucosa es un azúcar que constituye la principal fuente de combustible para el cuerpo. Toda energía. Así como un reproductor de CD necesita baterías, nuestro cuerpo necesita glucosa para seguir funcionando.

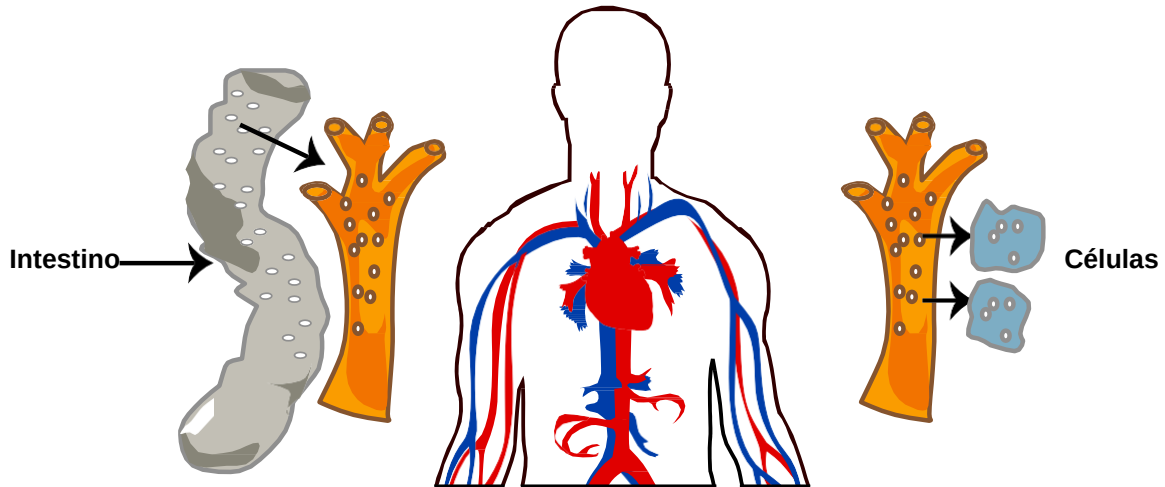
Todas las células del cuerpo necesitan energía para:

1. Estar activas
2. Mantener las funciones vitales como el latido del corazón, movimientos digestivos, respirar, y
3. Mantener la temperatura del cuerpo y los movimientos musculares.

La glucosa entra en el organismo con los alimentos. Con la digestión, a lo largo del tubo digestivo se pone en marcha una cadena de transformaciones químicas que convierten los alimentos a nutrientes y los nutrientes a elementos:

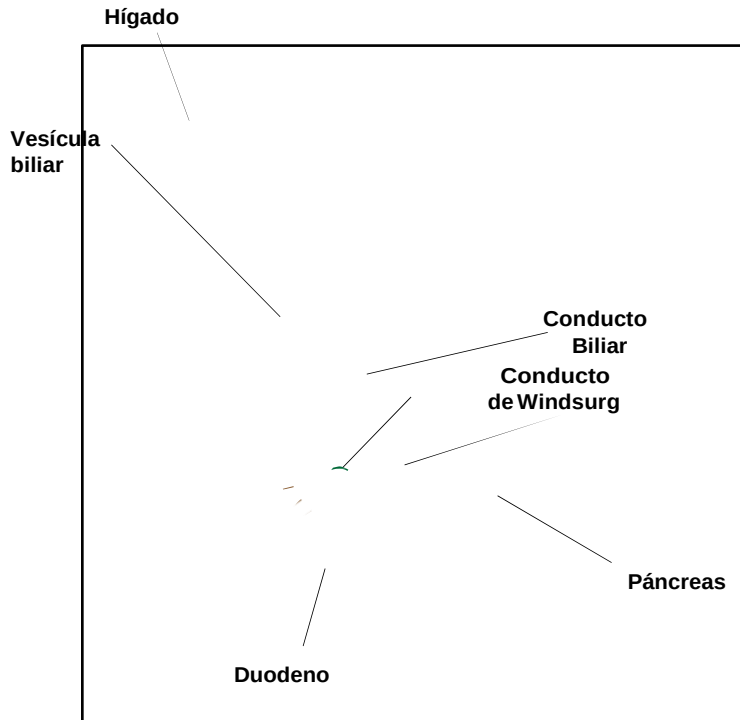


Los alimentos transitan por el tubo digestivo y, al llegar al intestino delgado, la glucosa pasa a la sangre



Ésta es la manera en que debería funcionar:

1. Comemos.
2. La glucosa contenida en los alimentos ingresa en el torrente sanguíneo.
3. El páncreas produce una hormona llamada insulina.
4. La insulina ayuda a que la glucosa ingrese en las células del cuerpo en el tubo digestivo
5. El cuerpo obtiene la energía que necesita.



El páncreas es una glándula larga y plana, ubicada en el abdomen. El páncreas ayuda a que el cuerpo digiera los alimentos.

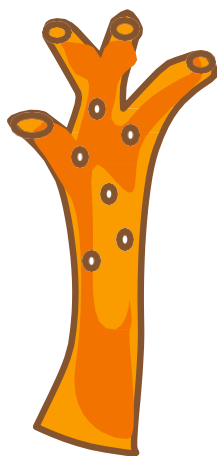
El páncreas produce insulina. La insulina es como una llave que abre las puertas hacia las células del cuerpo y permite que ingrese

la glucosa.

Entonces, la glucosa puede pasar de la sangre a las células.

Cuando una persona padece diabetes el organismo no produce insulina (esto se denomina diabetes tipo 1), o la insulina no funciona en el cuerpo como debería

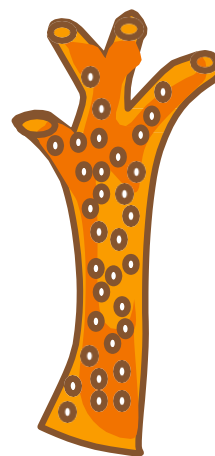
(esto se denomina diabetes tipo 2). Como la glucosa no puede ingresar en las células normalmente, el nivel de azúcar en sangre aumenta demasiado. Cuando una persona tiene una elevada concentración de azúcar en sangre y no sigue un tratamiento, se enferma.



Vena con poca glucosa



Vena normal



Vena con mucha glucosa

Diabetes tipo 1

La diabetes tipo 1 no se puede prevenir.

En la diabetes tipo 1, el sistema inmunológico de una persona ataca el páncreas y destruye las células encargadas de producir insulina. Nadie sabe con certeza por qué sucede esto, pero los científicos creen que tiene que ver con la herencia. Los genes, que se transmiten de padres a hijos, son algo así como instrucciones que determinan el aspecto físico y el funcionamiento del cuerpo.

Sin embargo, para padecer diabetes, no es suficiente haber heredado los genes. En la mayoría de los casos, tiene que existir otro factor, como la presencia de una infección viral, para que una persona desarrolle diabetes tipo 1.

La diabetes tipo 1 no es contagiosa. Por lo tanto, uno no puede contagiarse de otra persona ni contagiar a ningún amigo. Además, consumir demasiada azúcar no puede provocar la diabetes tipo 1.



A close-up photograph of several white sugar cubes and a pile of granulated sugar. A silver spoon is resting on the granulated sugar in the foreground. The background is a soft, out-of-focus blue.

LA DIABETES

Martha Hahmann

669 palabras

Imágenes: Shutterstock

Fuentes:

http://kidshealth.org/teen/en_espanol/enfermedades/prevention_esp.html

<http://www.fundaciondiabetes.org/diabetes/cont01.htm>