Educación de pacientes

Sociedad Chilena de Endocrinología y Diabetes

THE HORMONE FOUNDATION

Referencia

"Diabetes Tipo 1" (Diciembre 2006) de la Hormone Foundation (www.hormone.org), la filial de enseñanza pública de la Endocrine Society de Estados Unidos.

Diabetes Tipo 1

¿Qué es la diabetes?

La Diabetes es una enfermedad caracterizada por exceso de glucosa (azúcar) en la sangre. Esto ocurre como consecuencia que el páncreas (una glándula situada en la parte posterior del abdomen) produce menos insulina que la necesaria para mantener normal el nivel de glucosa.

¿Cómo la insulina controla el nivel de glucosa sanguíneo?

La insulina logra que las células del organismo incorporen dentro de ellas a la glucosa y la quemen como fuente de energía para llevar a cabo las funciones del organismo.

Cuando la insulina es insuficiente se acumula glucosa en la sangre, creando una condición que pone a la persona en riesgo de serios problemas de salud, entre los que están: a) daño en órganos vitales como corazón, riñón y nervios; b) dificultad para sanar las heridas; c) alteraciones de la visión y d) en hombres, impotencia.

Por lo anterior es muy importante mantener el nivel sanguíneo lo más cerca de lo normal para impedir las complicaciones de largo plazo de la diabetes.

¿Cuántos tipos de diabetes existen?

Se distinguen dos tipos conocidos como Tipo 1 y Tipo 2; esta última es llamada también diabetes de inicio del adulto, ya que generalmente empieza después de los 40 años de edad, aunque también podría aparecer aún en niños, especialmente cuando son obesos.

En la Diabetes Tipo 2 el páncreas es capaz de producir insulina, pero en cantidad no suficiente para los requerimientos. En la Diabetes Tipo 1, conocida también como diabetes dependiente de insulina o diabetes juvenil, aunque puede ocurrir a cualquier edad, es más frecuente que lo haga en niños o adultos jóvenes; es claramente más grave que la diabetes Tipo 2.

Las causas que conducen a la Diabetes de Tipo 1 no se conocen con exactitud. En muchos casos el sistema inmunológico del organismo ataca y destruye la parte del páncreas que produce insulina. En este sentido la historia familiar de individuos con Diabetes Tipo 1 es importante, cuando existe, pero ello se da en el 10 a 15% del total.

También aumenta el riesgo de tener Diabetes Tipo 1 en las personas que tienen otras enfermedades inmunológicas como Hipotiroidismo, Tiroiditis de Hashimoto y Enfermedad de Addison.

¿Cuáles son los síntomas de la diabetes tipo 1?

Hay que poner atención cuando aparece: a) Sed intensa y permanente; b) Aumento notorio del volumen urinario; c) Apetito aumentado; d) Pérdida de peso a pesar de comer; e) Visión borrosa; f) Fatiga o sensación de cansancio que puede ser extrema.

Los síntomas de la Diabetes Tipo 1 señalados arriba no son exclusivos de esa enfermedad y pueden darse en el contexto de otras patologías. Ante su presencia el paciente debe consultar con prontitud.

¿Cómo se diagnostica la diabetes tipo 1?

El examen crucial es medir la concentración de glucosa en la sangre. Si el valor de glicemia en ayunas es mayor que 125 mg/dL, o es mayor de 200 mg/dL después de haber comido, indica que efectivamente existe diabetes. Si la cifra es de 300 mg/dL o más implica que es peligroso y se requiere atención inmediata.

Si la diabetes está fuera de control o el paciente se siente muy decaído hay que efctuar un examen de orina simple que es la medición de "cuerpos cetónicos"; si este examen es positivo significa que no hay suficiente cantidad de insulina para controlar los niveles elevados de glicemia.

¿Cual es el tratamiento de la diabetes tipo 1?

El tratamiento de las Diabetes Tipo 1 requiere inyecciones diarias de insulina para mantener las concentraciones sanguíneas de glicemia en nivel normal. También serán muy importantes una dieta apropiada con restricción de azúcares e hidratos de carbono, ejercicio físico controlado, y control regular de los niveles sanguíneos.

¿Cómo puede una persona con diabetes tipo 1 controlar los niveles de azúcar en la sangre?

Para ello, con una lanceta especial se pincha el pulpejo de un dedo para obtener una gota de sangre, la cual se coloca en una cinta de papel especial. Este papel de introduce en un pequeño dispositivo electrónico capaz de leer la concentración de glicemia en la muestra, que se expresa como números en un visor de fácil lectura. Dependiendo de los resultados habrá que ajustar las dosis de insulina.

Su diabetólogo tratante le recomendará el tipo de cinta y de equipo, y a su vez, respecto a la frecuencia y horario en que tiene que hacer este control.

¿Qué debe hacer con esta información?

Si Ud. padece de algunos de los síntomas señalados precedentemente o tiene una historia familiar de diabetes consulte a su médico.

Si efectivamente se le diagnostica Diabetes Mellitus es muy importante ser disciplinado con el tratamiento, para evitar las complicaciones a largo plazo de la enfermedad que son graves e irreversibles. El paciente es el primer actor y responsable en cuanto a conseguir un adecuado tratamiento y una vida sin deterioro.

Es importante considerar que la enfermedad es una patología que lo acompañará toda su vida. Vale la pena aceptarlo como tal y tomar todas las providencias del caso, y no negarlo y esperar las complicaciones.