

## Diabetes Tipo 2

Diabetes es más que una enfermedad, aunque en cada tipo de diabetes se encuentra alta concentración de glucosa en la sangre. Los tipos de diabetes se definen basándose en lo que causa que el nivel de glucosa de la sangre sea alto. Si la glucosa de la sangre es alta, se debe a que no hay suficiente insulina, o que la insulina producida no está trabajando efectivamente.

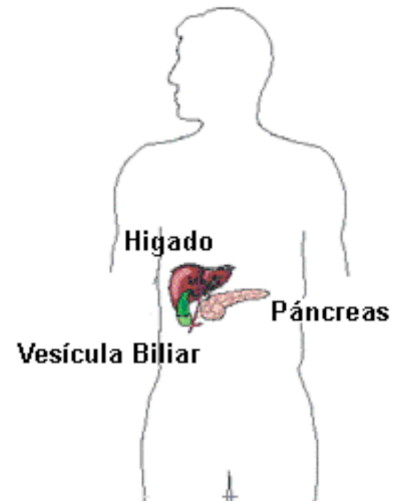
La insulina es una hormona que segrega el páncreas. La insulina ayuda a que la glucosa sea usada por las células. En diabetes tipo 2 las células en el páncreas que producen insulina pueden no producir suficiente, o la insulina que es producida no es capaz de mover la glucosa de la sangre a las células.

Normalmente cuando usted come, la glucosa de su sangre se eleva y eso causa que el páncreas segregue insulina. Si las células en el páncreas no están produciendo suficiente insulina, o si la insulina no es efectiva, la glucosa se queda en la sangre causando que la glucosa en la sangre se eleve. Con el tiempo, alta glucosa en la sangre podría dañar sus ojos, riñones, nervios y corazón.

El cuerpo trata de mantener todos los sistemas balanceados o a un ritmo estable llamado *homeostasis*. Para la mayoría de personas la liberación de insulina permite que la glucosa penetre las células del cuerpo para proveer energía necesaria para las actividades celulares. Si su páncreas no está produciendo suficiente insulina, algunas medicinas pueden ayudar. Si la insulina que está produciendo no es efectiva, el uso de medicamentos también puede ayudar.

Personas con sobrepeso algunas veces se vuelven “insensibles a la insulina” y la insulina que ellos producen no trabaja efectivamente. Perder peso usualmente ayuda con esta condición.

Recuerde, esta información no sustituye la información que su doctor le haya dado. Si tiene preguntas acerca de su diabetes o la manera en que está siendo tratada, hable con su médico.



Escrito por: JoAn C. Todd, MS, RD y Karen Chapman-Novakofski, RD, LD, PhD

Adaptado al Español por: German Cutz, Ed.D. Extensión de la Universidad de Illinois.

Estado/ Condado/Grupos Locales /Departamento de Agricultura de los Estados Unidos cooperando. La

Extensión de la Universidad de Illinois ofrece igualdad de oportunidades en programas y empleo.

La Extensión de la Universidad de Illinois es parte del Colegio de Agricultura, Consumo y Ciencias Ambientales (ACES), 2004

