

MUCHAS PERSONAS TIENEN DIABETES- ¿Y USTED?

100,000 personas en Nebraska tienen diabetes; hay miles más en Nebraska que no saben que la tienen...

¿QUÉ ES LA DIABETES?

El organismo humano generalmente produce insulina, una hormona natural la cual permite que la comida que usted come se utilice como energía. La diabetes es una enfermedad la cual cambia este proceso natural.

Hay dos tipos generales de diabetes. La diabetes TIPO 1 (la cual depende de la insulina) generalmente se desarrolla durante la infancia o cuando el individuo es joven. Se debe tratar con una dieta e insulina porque el organismo no produce suficiente insulina. La mayoría de los individuos con diabetes tiene el TIPO 2 (la cual no depende de la insulina). Estos individuos producen insulina, pero por razones desconocidas el organismo no produce suficiente insulina o no la usa de manera eficaz. Este tipo de diabetes se puede controlar con insulina, con medicamentos orales y una dieta, o con una dieta solamente.

¿QUIÉN CORRE EL RIESGO DE CONTENER DIABETES?

¡TODOS! Es más común para los individuos que:

- Son familiares de un individuo con diabetes
- Tienen más de cuarentaicinco años de edad
- Tienen sobrepeso
- Son madres de niños que pesaron más de 9 libras al nacer, o que tenían diabetes gestacional.
- Miembros de un grupo étnico o de una raza que tiene una alta prevalencia de casos de diabetes [indio(a) americano(a), afroamericano(a), hispano(a), asiático Son americano(a), e isleños(as) del pacífico]
- Tienen hipertensión
- Tienen altos niveles de triglicéridos o niveles de colesterol que no son normales.

CONOZCA LOS SÍNTOMAS

- Necesidad de orinar incrementada
- Sed incrementada
- Hambre incrementada
- Pérdida de peso sin explicación
- Fatiga
- Irritabilidad
- Náusea y vómito
- Piel muy seca
- Cambios repentinos en la visión o visión borrosa
- Hormiguillo o entumecimiento en las manos o los pies
- Infecciones de la piel y úlceras las cuales tardan en curar

ES HORA DE HACERSE UN EXAMEN

La mejor manera de detectar la diabetes es con un examen de sangre. Este examen detecta los niveles de azúcar (glucosa) en la sangre. Si usted corre el riesgo de contener diabetes o si tiene otros síntomas... hágase un examen de sangre AHORA y una vez cada año. Pregúntele a su médico para saber mayor información.

EL PROGRAMA PARA LA PREVENCIÓN Y EL CONTROL DE LA DIABETES DE NEBRASKA

- El Programa para la prevención y el control de la diabetes de Nebraska (NDPCP por su siglas en inglés) trata de reducir o prevenir las complicaciones y la muerte prematura para los residentes de Nebraska quienes tienen diabetes. El NDPCP coopera con otras organizaciones e instituciones que se involucran con las actividades que tienen que ver con la diabetes.
- EL NDPCP trata de educar a las personas con diabetes, sus familiares y profesionales médicos. El personal del NDPCP actualiza información y materiales de capacitación para asegurar que se utilice el conocimiento y los tratamientos actuales de la diabetes.

PARA MAYOR INFORMACIÓN, CONTACTE A:

- Su médico
- El Programa para la prevención y el control de la diabetes del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska (NDPCP por sus siglas en inglés)
301 Centennial Mall South
P.O. Box 95026
Lincoln, NE 686509-5026
Teléfono: (800) 745-9311
Dirección de correo electrónico: dhhs.diabetes@nebraska.gov
<http://www.dhhs.ne.gov/diabetes>
- Fundación para la Diabetes Juvenil (Juvenile Diabetes Foundation)
1540 South 70th Street, Suite 104
Lincoln, NE 68506
Teléfono: (402) 484-8300
- Asociación Americana de la Diabetes (American Diabetes Association)
14216 Dayton Circle, Suite 6
Omaha, NE 68137
Teléfono: (402) 571-1101, Ext. 6881 o
1 (888) Diabetes, Ext 6881

Fundado por una beca proporcionada por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés)
#U58DP001978-01

El Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska está comprometido a la acción afirmativa/opportunidades iguales de empleo y no discrimina al proveer beneficios o servicios.



printed on recycled paper

TSU 7/10

DPC-PAM-6-S 7/10 (99247)
(Previous version 9/98 should be used)



MUCHAS PERSONAS TIENEN DIABETES- ¿Y USTED?

Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska