

PAUTAS DE AUTOCUIDADO

PACIENTE CON DIABETES MELLITUS TIPO 2

La Diabetes Mellitus es una enfermedad que causa un **aumento de los niveles de azúcar (glucosa) en sangre**.

La Diabetes Mellitus se asocia a un **aumento importante de las enfermedades cardiovasculares**, como:



Infarto agudo de miocardio



Accidente cerebrovascular



Insuficiencia cardíaca



Enfermedad renal



Ceguera



Amputación de extremidades

SÍNTOMAS INDICATIVOS DE DIABETES

Podría tener diabetes si presenta estos síntomas:



Tener mucha sed



Tener mucho apetito



Orinar mucho



Haber perdido peso a pesar de comer bien



Cansancio habitual

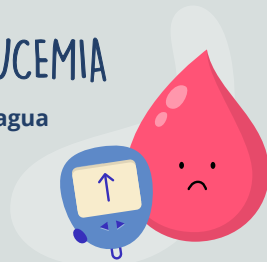


Si no sabe si tiene diabetes y presenta estos síntomas, **consulte con su profesional de Medicina de Familia.**

SÍNTOMAS DE HIPERGLUCEMIA

- Necesidad constante de **beber agua**
- **Necesidad de orinar mucho** (incluso por la noche)
- **Tener la piel seca**
- **Sentirse mareado**

Pueden ser síntomas de niveles altos de **azúcar en sangre**. Realícese una medición capilar de glucemia y **valórela con sus profesionales sanitarios**.

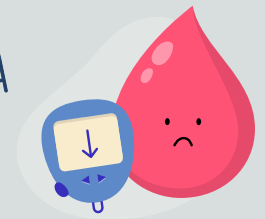


SÍNTOMAS DE HIPOGLUCEMIA

- **Mareos**
- **Náuseas**
- **Sudoración**
- **Visión borrosa**
- **Palidez**

Pueden ser síntomas de tener el "azúcar bajo".

Aparecen más frecuentemente si se está en tratamiento con insulina, sulfonilureas o metilglucósidos.



Persona consciente: **ingiera hidratos de carbono de absorción rápida** (2 sobres de azúcar p. ej.).

Persona inconsciente: **llamen al 112 y administren glucagón intramuscular.**

HERIDAS O ÚLCERAS EN EL PIE



Las heridas en el pie en las personas con diabetes **son más difíciles de curar. Acuda a su profesional de enfermería.**

VISIÓN BORROSA



Puede ser **síntoma de afectación de los pequeños vasos de la retina** o síntomas de hiperglucemia (azúcar alto).

SÍNTOMAS CARDIOVASCULARES

Los pacientes con diabetes presentan **mayor riesgo cardiovascular que la población general**. Los siguientes síntomas pueden indicar que está sufriendo un **evento cardíaco, vascular o neurológico**:

- **Dolor en el pecho:** que puede acompañarse de dolor en el brazo y cuello, náuseas o sudoración abundante
- **Dolor leve u hormigueo** en las piernas
- **Dificultad para caminar** o pérdida de equilibrio
- **Confusión** o dificultad para comprender repentina
- **Visión doble** o dificultad para ver en uno o ambos ojos
- **Debilidad** o entumecimiento en un lado del cuerpo
- **Dolor de cabeza** severo



Ante estos síntomas: Debe consultar urgentemente con un médico.

Patrocinado por:



Con la colaboración de:



Autores:
Judith Cañís Olivé
Carlos Hernández Teixidó