



- Inicio
- Quiénes somos
- FACTORES DE RIESGO
 - Hipertensión arterial
 - Diabetes
 - Fibrilación auricular
 - Colesterol alto
 - Sedentarismo
 - Dieta inadecuada
 - Alcohol
 - Obesidad
 - Tabaquismo
 - Estrés y depresión
- RECURSOS
 - Vídeos
 - Blog
 - Podcast
 - Enlaces de utilidad
 - Lecturas adicionales
 - Publicaciones en los medios

- Noticias
-  Español
 -  English
 -  Português
 -  Русский
 -  Español
 -  Français
 -  Polski

- CONTACTO

DONATE

Identificar los síntomas de la diabetes para reducir el riesgo de ictus

DIABETES



La diabetes es una enfermedad crónica asociada a niveles anómalos de azúcar o glucosa en sangre. Todos necesitamos glucosa para suministrar energía a nuestro cuerpo y a este proceso contribuye una hormona llamada insulina. Sin embargo,

las personas con diabetes de tipo 1 no pueden producir insulina. Quienes tienen diabetes de tipo 2 no pueden producir suficiente insulina o su cuerpo no reacciona a ella adecuadamente.

Durante el embarazo, las hormonas que se producen hacen que el cuerpo use la insulina incorrectamente, lo que produce una diabetes gestacional. La forma en la que el cuerpo utiliza la insulina tiene repercusiones importantes en el nivel de glucosa en la sangre, que será más alto según el tipo de diabetes. Tener demasiada azúcar en la sangre supone varios problemas (1).

¿Qué relación existe entre la diabetes y el ictus?

Con el tiempo, unos niveles altos de glucosa en sangre pueden acabar dañando órganos como el corazón o los ojos. Al igual que ocurre con los efectos del colesterol alto, también se pueden dañar los vasos sanguíneos, estrechándolos y haciendo que se obstruyan con más facilidad. Si se interrumpe el riego sanguíneo del cerebro, este no recibirá el oxígeno y los nutrientes vitales y se producirá un ictus (2).

¿Con qué frecuencia se da el ictus en pacientes con diabetes?

Se calcula que para el año 2030 el número de personas afectadas de diabetes en todo el mundo ascenderá a 578 millones (3). Los estudios muestran que la diabetes propicia el desarrollo de cardiopatías y de factores de riesgo, como la hipertensión arterial o el colesterol alto, que aumentan las posibilidades de sufrir un ictus (4). Los pacientes con diabetes de tipo 1 tienen más riesgo de ictus, ya que pueden padecer endurecimiento de las arterias más fácilmente. No obstante, la diabetes de tipo 2 es más común y, por tanto, se asocia con más ictus diabéticos (5).

¿Puede un diabético reducir el riesgo de ictus?

La diabetes está identificada como uno de los diez factores de riesgo de ictus modificables. Esto significa que hay ciertos cambios en el estilo de vida y otras medidas que pueden adoptarse para reducir el riesgo. Mientras que la diabetes tipo 1 suele ser hereditaria, la de tipo 2 es prevenible, ya que a menudo se debe a una mala dieta y a la obesidad, sobre todo en los países desarrollados (1)

¿Cuáles son los principales síntomas de la diabetes?

No siempre es fácil saber si se tiene diabetes, porque puede desarrollarse a lo largo de muchos años y puede que no haya síntomas evidentes. Una prueba sencilla le indicará si tiene demasiada glucosa en la sangre, pero no está de más prestar atención a algunas señales tempranas:

1. Tener mucha sed
2. Orinar con más frecuencia, sobre todo por las noches
3. Cansancio extremo
4. Pérdida de peso (aunque se coma más) (tipo 1)
5. Picor genital o episodios regulares de candidiasis
6. Cortes o heridas que tardan en cicatrizar
7. Visión borrosa
8. Hormigueo, dolor o adormecimiento en las manos o pies (tipo 2)

Las personas a quienes ya se les ha diagnosticado diabetes pueden controlar sus efectos con medicación, siempre que se la haya prescrito el médico.

También se ha observado que cambiar el estilo de vida como, por ejemplo, comer mejor, reducir la grasa corporal y hacer más ejercicio resultan beneficiosos a la hora de controlar el nivel de glucosa en la sangre. En resumen, la prevención de la diabetes o un tratamiento adecuado de la misma puede reducir el riesgo de ictus.

Referencias:

1. <https://www.diabetes.org.uk/diabetes-the-basics>.
2. <https://www.diabetes.org.uk/guide-to-diabetes/complications/stroke>.
3. Pouya Saeedi et al. Global and regional diabetes prevalence estimates for 2019 and projections for 2030 and 2045: Results from the International Diabetes Federation Diabetes Atlas, 9th edition. Published September 10, 2019. <https://doi.org/10.1016/j.diabres.2019.107843> .
4. <https://www.niddk.nih.gov/health-information/diabetes/overview/preventing-problems/heart-disease-stroke>.
5. Rong Chen et al. Am J Med Sci.; available in PMC 2017 Feb 8. Diabetes and Stroke: Epidemiology, Pathophysiology, Pharmaceuticals and outcomes. doi: 10.1016/j.amjms.2016.01.011

Actualizado Febrero 2022

Próxima revisión 2024

Desarrollado por



SAFE se reserva el pleno control sobre el contenido de este sitio web.

Con el apoyo de una beca formativa de



Enlaces

- [Condiciones de uso](#)
- [Política de privacidad](#)
- [Política de cookies](#)
- [Contacto](#)

- [Facebook](#)
- [X](#)
- [RSS](#)