



AULA VIRTUAL

Me acaban de diagnosticar diabetes tipo 2

1. CONOCE



Sociedad Española de
Endocrinología y Nutrición



Autores

□ Dr Manuel Gargallo Fernández

Departamento de Endocrinología y Nutrición

Hospital Universitario Fundacion Jimenez Diaz. Madrid

□ Dr Martín López de la Torre

Servicio de Endocrinología y Nutrición

Hospital Universitario Virgen de las Nieves. Granada



Conoce los aspectos fundamentales de la diabetes tipo 2

- Asumiendo el papel que todos tenemos en los aspectos relacionados con la salud y la enfermedad, esta sección está dirigida a pacientes, sus cuidadores y ciudadanos en general, ofreciendo información y recursos relacionados la diabetes tipo 2.
- Esta información pretende ayudar a comprender las recomendaciones y a mejorar la comunicación entre médico y paciente.



Indice

1. ¿Qué es la Diabetes Mellitus y qué es la Diabetes tipo 2?
2. ¿Cuál es la frecuencia de la Diabetes tipo 2?
3. ¿Cuáles son los factores que predisponen a la Diabetes tipo 2?
4. ¿Por qué se produce?
5. ¿Cómo se diagnostica la Diabetes tipo 2?
6. ¿Cuáles son las consecuencias de un mal control: complicaciones crónicas?
7. Enlaces de interés
8. Glosario

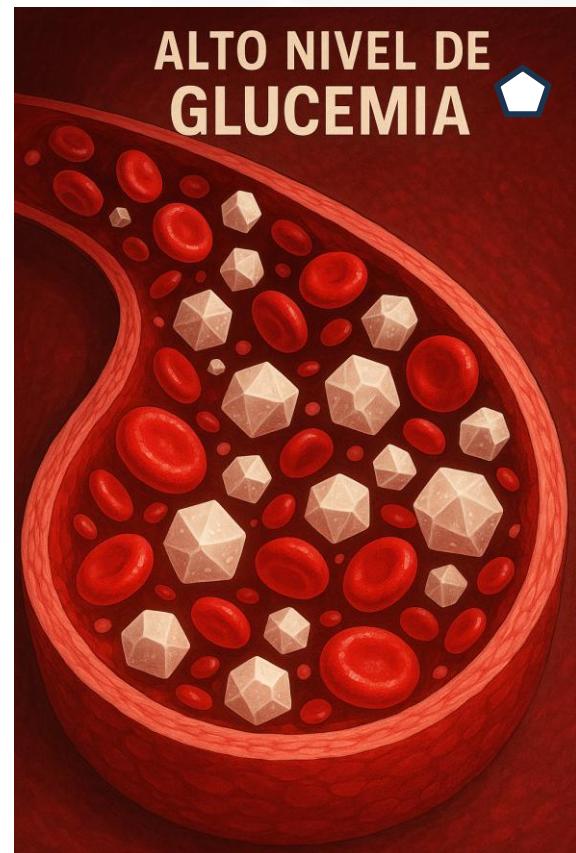


1. ¿Qué es la Diabetes Mellitus y qué es la Diabetes Mellitus tipo 2



¿Qué es la Diabetes Mellitus?

- El término “Diabetes Mellitus” (DM) se refiere a una enfermedad caracterizada por un aumento de glucosa en la sangre.
- Las causas pueden ser muy diversas dependiendo del tipo de DM.
- Las formas, más habituales (DM tipo 1 y tipo 2) se deben a alteraciones en la insulina, ya sea en su cantidad (déficit de insulina) o en su funcionamiento (resistencia a la insulina).





¿...y qué es la DM tipo 2?

- Dentro de los diferentes tipos de DM, la DM tipo 2 (DM2) es un tipo de DM mas habitual de personas mayores y que es raro que aparezca antes de los 20 años. Prácticamente nunca surge en la infancia o adolescencia.

- Se suele asociar a obesidad y, al menos durante los primeros años, en muchos casos se puede controlar sin necesidad de insulina.

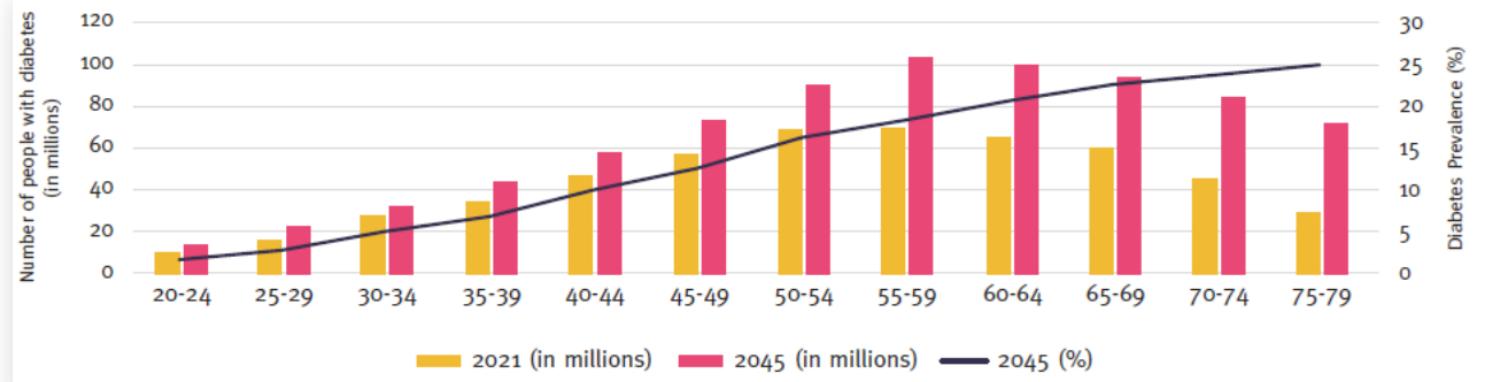


2. ¿Cuál es la frecuencia de la diabetes tipo 2?



Frecuencia de la DM2 (mundial)

Según IDF: 10,5 % de la población adulta mundial de 20-79 años presenta DM (90 % DM2)
(537 millones de personas)





Frecuencia de la DM2 (España)

De acuerdo al estudio di@bet.es, en España alrededor del 14 % (uno de cada 7 sujetos) presenta una DM (en un 90 % DM2).

Esta cifra sería la segunda más alta de Europa.

En nuestro país, debido al envejecimiento de la población, esta cifra irá aumentando. Es fácil suponer que actualmente estemos cerca o ya en el 20 %





3. ¿Cuáles son los factores que predisponen a la diabetes tipo 2?



Cuáles son los factores que predisponen a la DM2 (I)

Herencia

Si uno de los padres presenta DM2, el riesgo de desarrollar DM2 a lo largo de la vida es del 40 % , Y si ambos padres están afectos es de casi el 70 %.

En los gemelos monocigóticos, si uno presenta DM2 el riesgo del otro esta en torno al 70 %, en el caso de la DM1 la concordancia es solo del 30-50%.





Cuáles son los factores que predisponen a la DM2 (II)



Obesidad

La obesidad incrementa la resistencia a la insulina y favorece el desarrollo de DM2.

Un 80% de las personas con DM2 presentan Obesidad. La importancia de la Obesidad queda de manifiesto cuando, al perder peso, se produce una “remisión de la DM2”.

Sedentarismo

La falta de actividad física, aunque no se acompañe de obesidad, aumenta el riesgo de DM2





Cuáles son los factores que predisponen a la DM2 (III)

Etnia



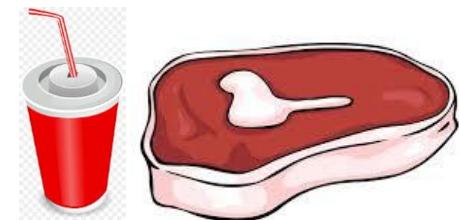
Macrosomía



Tabaco



Alimentación



Falta de Sueño





4. ¿Porqué se produce?

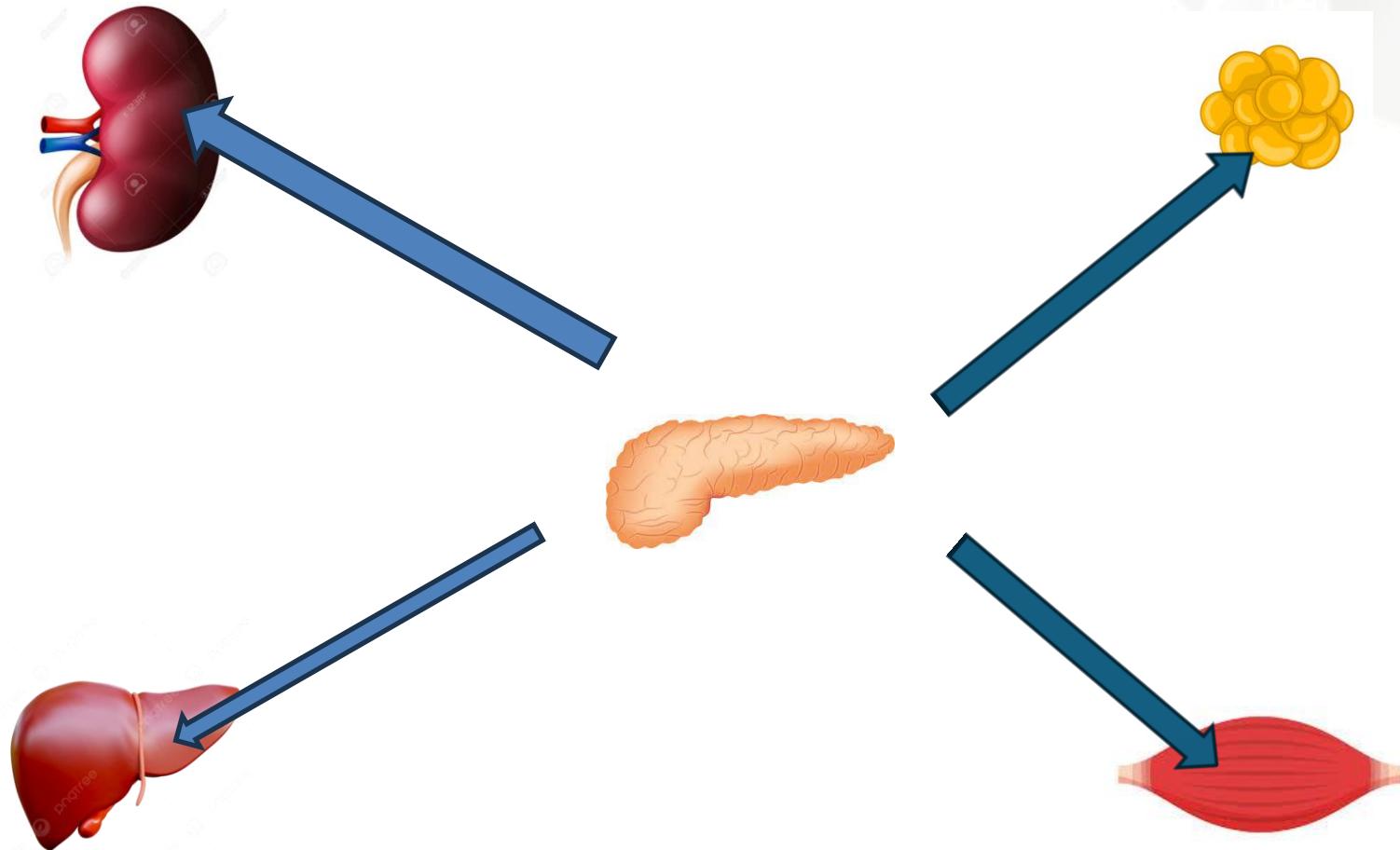


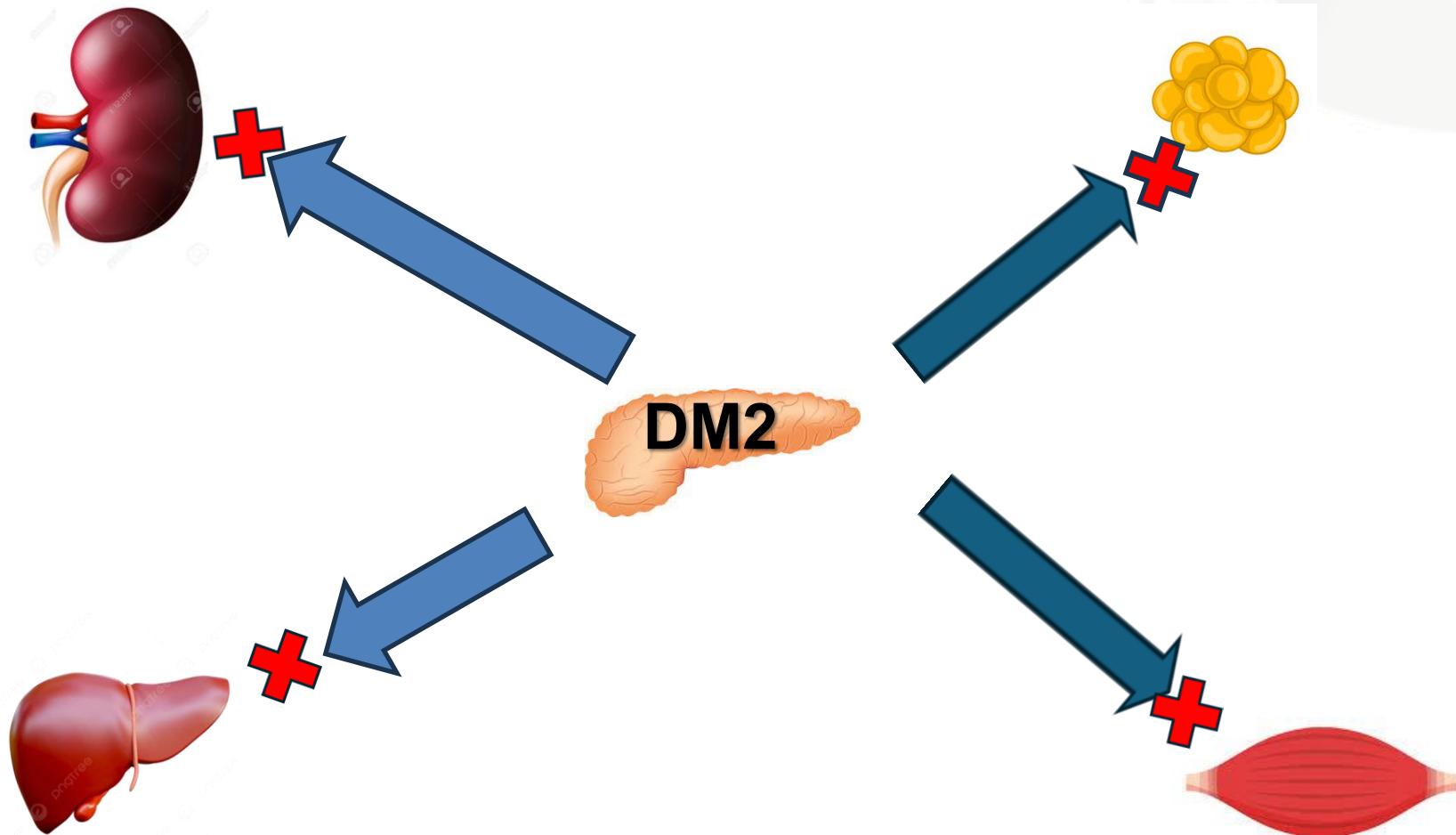
Porqué se produce

Como se ha dicho las DM son enfermedades caracterizadas por glucosa elevada en la sangre. A esta situación se puede llegar por causas muy diversas.

En el caso de la DM2 el organismo, a pesar de producir suficiente cantidad de insulina, tiene una resistencia a la acción de la misma, con lo que no regula adecuadamente los niveles de glucemia.

Debido a esta *resistencia a la acción de Insulina*, a pesar de existir niveles suficientes de insulina, incluso elevados, órganos fundamentales en el control de la glucosa como el hígado, músculo, tejido adiposo no responden adecuadamente a la insulina y no se produce la adecuada regulación de los niveles de glucosa.







5. ¿Cómo se diagnostica la DM2?

¿Como se diagnostica la DM2? Síntomas

SÍNTOMAS TÍPICOS

- Pérdida de peso
- Aumento de la cantidad de orina
- Aumento de la sed





¿Cómo se diagnostica la DM2?

Analítica



HbA1c mayor de 6,5 %
Glucemia mayor de 125 mg/dl



Sobrecarga oral de glucosa
A las 2 hs mayor igual a 200 mg/dl



HbA1c
Glucemia capilar

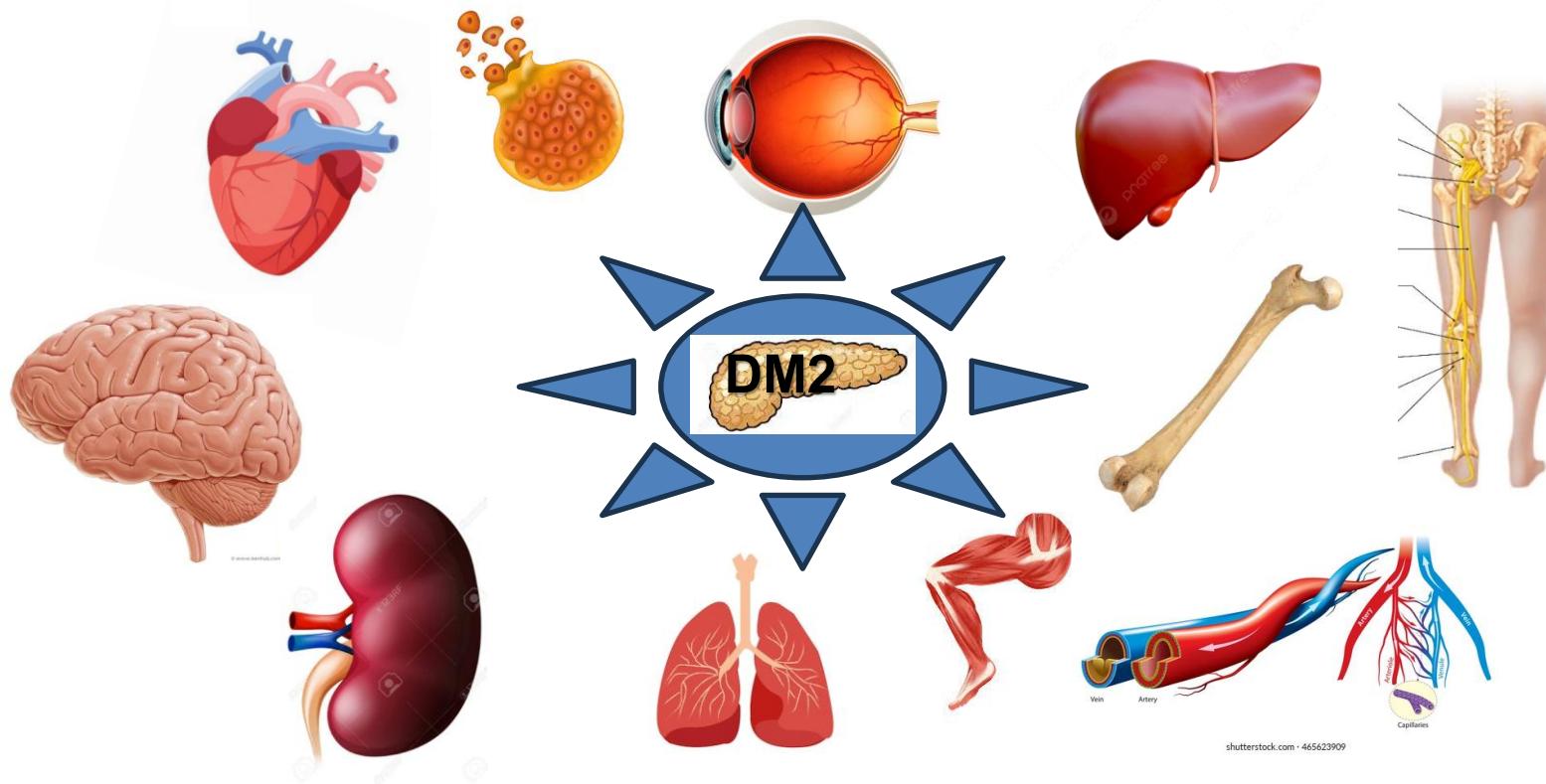


6. ¿Cuáles son las consecuencias?



¿Cuáles son las consecuencias de un mal control: complicaciones crónicas? (I)

El aumento crónico de glucosa va a afectar a todos los órganos de nuestro cuerpo





¿Cuáles son las consecuencias de un mal control: complicaciones crónicas? (II)

Tradicionalmente se ha señalado:

- las lesiones de **retina** que en su grado mas extremo pueden conducir a ceguera
- El deterioro progresivo del funcionamiento de los **riñones** que puede conducir a una Insuficiencia renal terminal con necesidad de diálisis o trasplante
- La afectación de los **nervios periféricos** con alteración de la sensibilidad
- El desarrollo de **vasculopatía periférica** que puede producir cuadros de claudicación intermitente o, en combinación con la neuropatía descrita anteriormente, la aparición del llamado “pie diabético”. Todos estos cuadros pueden ser causa de amputaciones de dedos del pie o de parte de miembros inferiores
- Es muy típico el desarrollo de **afectación cardiaca**, que puede ser en la forma de Cardiopatía Isquémica (Angor, Infarto de Miocardio) o de Insuficiencia Cardiaca.



¿Cuáles son las consecuencias de un mal control: complicaciones crónicas? (III)

- Mas recientemente se están reconociendo otras afectaciones posibles (*comorbilidades emergentes*):
 - Lesión hepática (Higado graso, cirrosis,...)
 - Afectación ósea (osteoporosis, fracturas)
 - Deterioro cognitivo
 - Miopatia - Sarcopenia
 - Afectación Pulmonar (Apnea del sueño, EPOC)
 - Ciertos cánceres



7. Enlaces de interés



Enlaces de interés



MANUAL DE ENDOCRINOLÓGIA Y NUTRICIÓN

- <https://manual.seen.es/section?id=55114e13-4820-4212-bc83-2bcdac18103c>



- <https://diabetesatlas.org/resources/idf-diabetes-atlas-reports/>



8. Glosario



Glosario

- ❑ Cardiopatía Isquémica. Lesión cardiaca originada por falta de adecuado flujo sanguíneo al músculo cardíaco
- ❑ EPOC. Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica
- ❑ HbA1c. Parámetro analítico que informa de la media del valor de glucemia de las 8 semanas previas
- ❑ IDF. Federación Internacional de Diabetes
- ❑ Insuficiencia Cardiaca. Situación en la que el corazón no es capaz de realizar adecuadamente su función de bombear sangre
- ❑ Macrosomía. Tamaño excesivamente grande del niño al nacimiento
- ❑ Miopatía. Lesión de los músculos
- ❑ Sarcopenia. Lesión muscular que origina falta de fuerza y se acompaña de disminución de tamaño



Advertencia

- Este material informativo y educativo se ha diseñado con la intención de que aumente el conocimiento sobre la diabetes tipo 2.
- En el diagnóstico y en el tratamiento del paciente con diabetes tipo 2 intervienen diferentes profesionales como: médicos (especialistas en Endocrinología y Nutrición, Atención Primaria), enfermeras, dietistas-nutricionistas.
- El conocimiento de la enfermedad por parte del paciente y su implicación en el tratamiento mejora el control de esta y su calidad de vida.



¡Muchas gracias!