



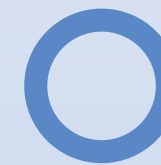
## Diabetes en niños, niñas y adolescentes

Durante la **infancia y adolescencia**, es más común que se presente el **tipo 1 de diabetes**. En estos casos, el páncreas no produce insulina o lo hace en muy poca cantidad.

Con los **controles adecuados, alimentación saludable, actividad física y acceso al tratamiento**, se pueden mantener niveles adecuados de glucemia y llevar una vida activa.



*A nivel mundial, se estima que 542.000 niños y niñas viven con diabetes tipo 1*



día mundial de la diabetes

14 noviembre



NUESTRO DERECHO  
A UN FUTURO  
SALUDABLE

### Más información:

Programa Córdoba Diabetes  
procordiadiabetes@gmail.com

O en el hospital o centro de salud más cercano:



La **diabetes** es una enfermedad crónica que se caracteriza por presentar niveles elevados de **azúcar en sangre** (glucemia). Con el tiempo, puede causar daños en diversos órganos.

Existen dos tipos de diabetes, tipo 1 y tipo 2. La **diabetes tipo 2 puede prevenirse** a través de:

**Alimentación equilibrada:**



rica en frutas y verduras, variada, con menos grasas y azúcar

**Actividad física:**



al menos 30 minutos al día de bici, caminata o el ejercicio que te guste y puedas sostener

Si bien no se cura, **esta enfermedad puede controlarse**, con tratamientos y hábitos saludables.

*Se estima que el 46,5% de las personas que tienen diabetes no conoce su diagnóstico*

Esta enfermedad puede darse a toda edad y **puede permanecer silenciosa** por varios años. La **detección temprana** permite acceder a un tratamiento y seguimiento adecuados, para prevenir complicaciones.

○ El diagnóstico puede realizarse **en forma gratuita** en todos los centros de salud públicos de la provincia.

## La diabetes en mujeres y niñas



A nivel mundial, se estima que **1 de cada 10 mujeres viven con diabetes**.

Las **desigualdades** socio-económicas exponen particularmente a **mujeres y niñas** a los principales factores de riesgo para la diabetes, como una alimentación poco saludable e inactividad física.

*Las mujeres con diabetes tipo 2 son casi 10 veces más propensas a desarrollar enfermedades del corazón que las mujeres sin esta condición*

## Diabetes y embarazo

Las mujeres con diagnóstico de **diabetes tipo 1 y tipo 2** pueden tener más dificultades para concebir. Es importante el acceso a la **planificación del embarazo** y a su adecuado seguimiento.

*Dos de cada cinco mujeres con diabetes están en edad reproductiva*

Por otra parte, aunque no se tenga un diagnóstico previo, durante el embarazo puede presentarse la llamada **diabetes gestacional**.



○ **Todas las mujeres embarazadas** deben realizarse un **análisis** para detectarla, que se hace alrededor de la semana 24 de embarazo (5 meses).

Algunos **factores de riesgo** que predisponen a la diabetes gestacional son:

- Edad mayor a 30 años
- Obesidad
- Antecedentes de haber tenido hijos con peso al nacer mayor a 4 kg
- Antecedentes de diabetes en la familia o de diabetes gestacional en embarazo previo
- Síndrome de ovario poliquístico

El **seguimiento** del equipo de salud durante el **embarazo** es fundamental para **evitar complicaciones**, como presión arterial, bebés de gran peso o parto obstruido.

*Las mujeres con diabetes gestacional deben sostener los cuidados incluso después del embarazo, dado que tienen un riesgo significativo de desarrollar diabetes tipo 2 hasta los 10 años posteriores al parto*