

**¡UNA VIDA  
ACTIVA PARA  
UNA VIDA  
SALUDABLE!**



**Empresa Social  
del Estado  
BARRANCABERMEJA**

***Mes de lucha en  
contra de la  
diabetes***



## QUE ES DIABETES

La diabetes es una enfermedad crónica que aparece cuando el páncreas no produce insulina suficiente o cuando el organismo no utiliza eficazmente la insulina que produce.

## TIPOS DE DIABETES

- Diabetes tipo 1
- Diabetes de tipo 2
- Diabetes gestacional.



## CAUSAS

- Obesidad
- Sedentarismo
- Antecedentes familiares
- Tabaco

## COMPLICACIONES



## COMO PREVENIR LA DIABETE

- Buena alimentación
- Realizar actividad física 30' diarios.
- Mantener tu peso ideal

## SINTOMAS

### Diabetes tipo 1

- Aumento de la sed
- Micción frecuente
- Hambre extrema
- Pérdida de peso sin causa
- Fatiga
- Irritabilidad
- Visión borrosa
- Llagas que tardan en cicatrizar
- Infecciones frecuentes

### Diabetes tipo 2

- Sintomatología similar a la tipo 1 pero menos aguda.

### Diabetes gestacional

- En la mayoría de las mujeres, la diabetes gestacional no produce signos ni síntomas perceptibles.

