

UNA BUENA ALIMENTACIÓN ES EFICAZ PARA CONTROLAR CUALQUIER TIPO DE DIABETES



un estilo de
VIDA SALUDABLE
podría prevenir hasta un
70%
de la diabetes tipo 2

Es tiempo de ACTUAR



El 90% de los casos de diabetes tipo 2 se pueden prevenir

En CASMU contamos con un equipo multidisciplinario (Diabetólogo, Enfermería y Nutricionista) que brinda la atención inmediata a los diabéticos pagando únicamente un ticket de especialista.

Conocé todos los beneficios de pertenecer a la mejor mutualista del Uruguay.
Afiliate por el 1444 o en www.casmu.com.uy

 **casmu**
estamos para cuidarte

 **0727**
EMERGENCIA MÓVIL


TU SALUD A OTRO NIVEL



día mundial de la diabetes
14 de noviembre



Hablemos de Diabetes

[¿Qué es?](#) / [Síntomas](#) / [¿Cómo tratarla?](#) / [Complicaciones](#)

 **casmu**
estamos para cuidarte

 **0727**
EMERGENCIA MÓVIL


TU SALUD A OTRO NIVEL

La Diabetes es una enfermedad crónica que impide la correcta utilización de los alimentos que ingerimos, en especial los azúcares. Esto es debido a la falta de producción o a la inadecuada acción de una hormona segregada por el páncreas llamada Insulina.



HAY DOS TIPOS PRINCIPALES DE DIABETES

Tipo 1: Como el páncreas no produce insulina, personas con diabetes del tipo 1 deben inyectarse Insulina para poder vivir.

Tipo 2: Es la forma más común de diabetes, el páncreas sí produce insulina, la que no es suficiente, o no se puede aprovechar adecuadamente.



SÍNTOMAS



Hambre



Cansancio



Sed



Orina con frecuencia



Náuseas



Visión borrosa



Pérdida de peso



Sudoración



Lenta cicatrización de heridas

TRATAMIENTO



Dieta - Alimentación saludable



Ejercicio físico



Autocontrol - monitoreo



Medicación



Administración de insulina

COMPLICACIONES



Enfermedad renal crónica



Derrame cerebral



Pérdida de visión



Pie diabético - Amputaciones



Daño a los nervios - Neuropatía



Enfermedad cardíaca

CÓMO PREVENIRLA



Alimentación saludable



Mantener un peso adecuado



Controlar las comidas



Realizar ejercicio



No fumar



Controlarse