

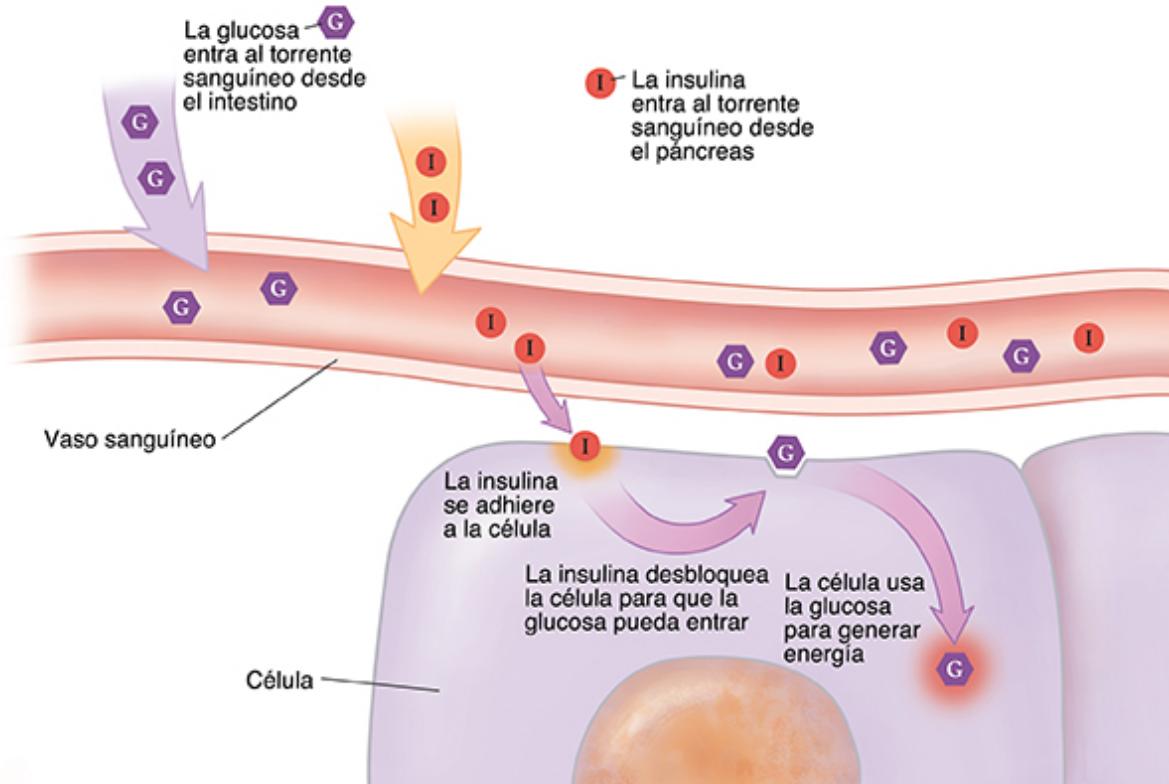
# La diabetes y su hijo: en qué consiste la diabetes tipo 2

Su hijo tiene diabetes tipo 2. Quiere decir que el cuerpo tiene dificultad para usar un tipo de azúcar llamado glucosa en la producción de energía. La diabetes es una afección que dura toda la vida. Si no recibe tratamiento, puede provocar problemas graves de salud. Sin embargo, puede controlarse de forma que el niño pueda llevar una vida satisfactoria y sana. No es común que se presente diabetes tipo 2 en los niños, pero, en los últimos años, cada vez más niños tienen este tipo de diabetes. Esto puede estar relacionado con el aumento de la obesidad infantil.

## Cómo obtiene energía el cuerpo

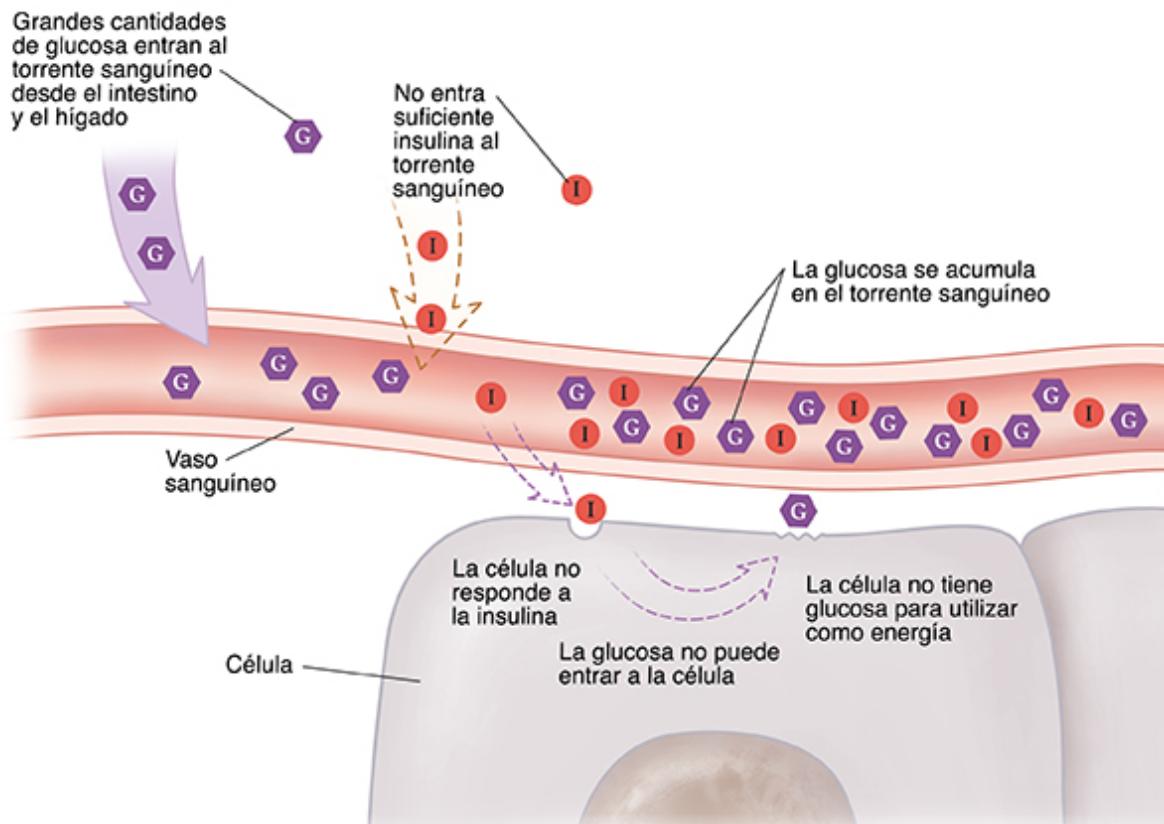
Cuando el niño come, el aparato digestivo descompone los alimentos. Algunos de estos alimentos se convierten en glucosa en el intestino. La glucosa también se almacena en el hígado y se libera desde este órgano. La glucosa brinda energía a las células del cuerpo. Viaja a través de la sangre para llegar a las células. Pero la glucosa necesita la ayuda de una hormona llamada insulina para salir de la sangre y entrar en las células. La insulina se produce en un órgano que se llama páncreas. Se libera en el cuerpo y viaja a las células al igual que la glucosa. Cuando la insulina llega a una célula, actúa como una llave. Abre una "puerta" a la célula para que la glucosa pueda entrar.





## Si su hijo tiene diabetes tipo 2

Si una persona tiene diabetes tipo 2, la comida igual se transforma en glucosa. Y la glucosa sigue desplazándose hacia las células. Sin embargo, es posible que el páncreas no produzca suficiente insulina para la cantidad de glucosa presente en la sangre. Es posible que el hígado libere demasiada glucosa de una sola vez. Y que las células del cuerpo no respondan como corresponde ante la insulina. Esto se conoce como resistencia a la insulina. Por ese motivo, las células reciben menos glucosa de la que necesitan. Al principio, el páncreas produce más insulina para tratar de satisfacer la demanda. Pero llega un momento en el que el páncreas ya no puede producir insulina suficiente para superar la resistencia. En consecuencia, se acumula glucosa en el torrente sanguíneo. Tener demasiada glucosa en la sangre se denomina hiperglucemia (nivel alto de azúcar en la sangre). Sin glucosa en las células, su hijo no obtiene la energía que necesita. Con el tiempo, los niveles altos de azúcar en la sangre pueden causar otros problemas de salud más graves.



## ¿Cuáles son las causas de la diabetes tipo 2?

La diabetes tipo 2 frecuentemente es hereditaria (pasa de padres a hijos). Tiende a afectar a familias de origen afroamericano, hispano, indígena americano, asiático americano y de las islas del Pacífico. Es más probable que el niño presente diabetes en los siguientes casos:

- Es mujer
- Pasa más tiempo sentado que haciendo actividad física
- Tiene sobrepeso para la edad y la altura
- Uno de sus padres o hermanos tiene diabetes
- La madre tuvo diabetes durante el embarazo (diabetes gestacional)
- Tuvo peso bajo al nacer

## ¿Cuáles son los síntomas de la diabetes tipo 2?

Si su hijo tiene diabetes tipo 2, las células del cuerpo se privan de la energía necesaria. Con frecuencia, el niño no tiene síntomas. O podría tener alguno de los siguientes síntomas:

- Mucha sed
- Más ganas de orinar
- Visión borrosa
- Cansancio durante el día
- Hambre extrema

- Mojarse la cama o levantarse a la noche para orinar
- Pérdida o aumento de peso de origen desconocido
- Problemas para concentrarse
- Infecciones vaginales causadas por hongos

Incluso si su hijo no tiene síntomas, el nivel alto de azúcar en la sangre puede seguir causando problemas.

## ¿Cómo se diagnostica la diabetes tipo 2?

Mediante análisis de sangre, el proveedor de atención médica determina si su hijo tiene diabetes tipo 2. Es posible que le hagan pruebas, como las siguientes:

- **Prueba de hemoglobina A1c.** Se mide el nivel promedio de glucosa en la sangre durante los últimos 2 a 3 meses. Si se encuentra un 6.5 % o más de A1c, significa que tiene diabetes.
- **Prueba de glucosa en plasma en ayunas.** Se controla el nivel de glucosa en la sangre luego de 8 horas de ayuno. Esta prueba se hace antes de la primera comida del día del niño. Esto se conoce como el nivel de glucosa en sangre en ayunas. Si el resultado es superior o igual a 126 mg/dl, significa que el niño tiene diabetes.
- **Prueba oral de tolerancia a la glucosa.** Para esta prueba, se mide el nivel de glucosa del niño antes de beber una bebida azucarada y después de 2 horas de haberlo hecho. Esto permite saber qué tan bien usa la glucosa el cuerpo. Si el resultado es 200 mg/dl o más alto luego de las 2 horas, significa que tiene diabetes.
- **Prueba de glucosa al azar.** Este análisis de sangre se hace en cualquier momento del día. Si el nivel de glucosa en la sangre es de 200 mg/dl o más alto y presenta los síntomas de un nivel alto de azúcar en la sangre, significa que el niño tiene diabetes.

Si su hijo no presenta ningún síntoma de nivel alto de azúcar en la sangre, se puede diagnosticar diabetes si tiene 2 resultados anormales en la misma muestra o en 2 muestras distintas. Por ejemplo: tiene un nivel de glucosa en ayunas mayor que 126 y un A1c mayor que 6.5 % en la misma muestra del análisis.

## ¿Cuál es el tratamiento de la diabetes tipo 2?

No existe una cura para la diabetes tipo 2. Pero se puede controlar. El proveedor de atención médica de su hijo colaborará con usted para diseñar un plan de tratamiento. El niño debe seguir el plan a fin de mantener el nivel de azúcar en la sangre dentro de límites saludables. Los tratamientos más frecuentes para la diabetes tipo 2 son los siguientes:

- Alimentarse de manera saludable
- No tomar bebidas azucaradas
- Mantenerse activo
- Bajar de peso
- Tomar medicamentos (si es necesario)

## **¿Cuáles son los problemas a largo plazo?**

Las personas que mantienen un nivel de azúcar en la sangre demasiado alto durante muchos años pueden presentar problemas de salud. Estos problemas pueden afectar el corazón, los ojos, los riñones y los nervios. Usted PUEDE ayudar a retrasar o prevenir estos problemas en su hijo. Para hacerlo, colabore con el equipo de atención médica a fin de controlar el nivel de azúcar en la sangre de su hijo según le indicaron.

## **Más información**

Para obtener más información sobre la diabetes, visite los siguientes sitios en Internet:

- **Asociación Estadounidense de Diabetes (American Diabetes Association)** [www.diabetes.org](http://www.diabetes.org)
- **Niños con diabetes (Children with Diabetes)** [www.childrenwithdiabetes.org](http://www.childrenwithdiabetes.org)
- **Fundación Internacional para la Investigación de la Diabetes Juvenil (Juvenile Diabetes Research Foundation International)** [www.jdrf.org](http://www.jdrf.org)
- **Asociación Estadounidense de Educadores en Cuestiones de Diabetes (American Association of Diabetes Educators)** [www.aadenet.org](http://www.aadenet.org)
- **Asociación Estadounidense de Endocrinólogos Clínicos (American Association of Clinical Endocrinologists)** [www.aace.com](http://www.aace.com)
- **Centro Coordinador Nacional de Información sobre la Diabetes (National Diabetes Information Clearinghouse)** [www.diabetes.niddk.nih.gov](http://www.diabetes.niddk.nih.gov)

## **Cómo los problemas diarios afectan la salud**

Muchos aspectos de la vida diaria afectan la salud. Esto puede incluir los medios de transporte, los problemas de dinero, la vivienda, el acceso a alimentos y el cuidado de los niños. Si no puede asistir a las consultas médicas, es posible que no reciba la atención que necesita. Cuando el dinero escasea, puede ser difícil pagar los medicamentos. Y vivir lejos de una tienda de comestibles puede dificultar la compra de alimentos saludables.

Si tiene alguna pregunta, hable con el equipo de atención médica. Quizás conozcan recursos locales para ayudarlo. O bien, pueden asignarle un miembro del personal para ayudarlo.

## **Programe una cita de seguimiento con el proveedor de atención médica**

Esta hoja no contiene toda la información que necesita para cuidar a su hijo con diabetes. Pida más información al proveedor de atención médica de su hijo.