



¡Contáctanos ahora!

Av. Independencia No. 701, Gazcue,  
Santo Domingo, República Dominicana  
Teléfono: 809.685.4620  
Fax: 809.682.7758

Carr. Sánchez, esq. General Leger, No. 38,  
Edif. Guerrero Médina,  
Centro Ciudad, San Cristóbal, R. D  
Teléfono: 809-527-8207

Av. Libertad, esq. Colón, Plaza Brian,  
Local No 4, 1er. Nivel, Higüey, La Altagracia, R. D.  
Teléfono: 809.746.1488

Desde el Interior sin Cargos: 1.809.200.0761  
Website: [www.arsgma.com](http://www.arsgma.com)  
E-mail: [info@arsgma.com](mailto:info@arsgma.com)



PROGRAMA DE  
PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN

**DIABETES**



**Cuidamos Tu Salud !**



## Qué es la Diabetes?

Es un conjunto de trastornos metabólicos, que afecta a diferentes órganos y tejidos. Se caracteriza por un aumento de los niveles de glucosa en la sangre.

Esta enfermedad causa diversas complicaciones dañando frecuentemente, los ojos, los riñones, los nervios y los vasos sanguíneos.

## Cuáles son las causas que la producen?

La causan varios trastornos, siendo el principal la baja producción de la hormona insulina, que es secretada por las células beta del páncreas o por su inadecuado uso por parte del cuerpo.

## Cuáles son los tipos de diabetes que existen?

La Organización Mundial De La Salud (OMS), reconoce tres tipos de diabetes:

- Diabetes Mellitus tipo I o insulino dependiente, o diabetes juvenil.
- Diabetes Mellitus tipo II no insulino dependiente
- Diabetes Gestacional que ocurre durante el embarazo.

## Cuáles síntomas producen la diabetes?

Los principales son:

- Poliuria (orina excesiva)
- Polifagia (necesidad excesiva de comer)
- Polidipsia (exceso de sed)
- Pérdida de peso

Otros síntomas y signos son:

- Fatiga o cansancio
- Cambios en la agudeza visual

## Cuáles son los factores de riesgo que pueden producirla?

- Ingesta excesiva de alimentos
- El sobrepeso
- La obesidad
- Una vida sedentaria

## Cómo podemos prevenirla?

- Midiendo la glucosa en sangre continuamente.
- La actividad física ya que mejora la administración de las reservas de azúcar en el cuerpo.
- Una adecuada alimentación donde se disminuyan los azúcares contenidos en (dulces, pastas, algunas harinas y mermeladas)