

SÍNTOMAS, DIAGNÓSTICO Y PRINCIPALES CIFRAS

Síntomas

Síntomas



Poliuria



Polidipsia



Pérdida peso



Polifagia



Astenia

Los **principales síntomas** de la **diabetes** son:

- Sentir **muchas ganas de orinar** (poliuria).
- Sentir **mucha sed** (polidipsia).
- Notar **pérdida de peso** y **pérdida de masa muscular**.
- Tener **mucho apetito** (polifagia).
- Sentir **cansancio** (astenia).

Las personas con diabetes experimentan **distintos síntomas, según el grado de hiperglucemia** que presenten. Cuando el azúcar está controlado (niveles normales de glucemia o normoglucemia) la persona estará sin síntomas. En caso de hiperglucemia leve puede no notar síntomas, situación frecuente en el comienzo de la **diabetes tipo 2**, que puede así pasar desapercibida durante años antes de ser diagnosticada. En el caso de la **diabetes tipo 1**, estos síntomas **se pueden desarrollar rápidamente**, en semanas o incluso días.

Diagnóstico de la Diabetes Mellitus

*Glucemia

Es un análisis que mide la cantidad (concentración) de azúcar (glucosa) presente en la sangre.



La diabetes sólo se puede diagnosticar por alguno de los siguientes **tres métodos**:

- **Glucemia* realizada en cualquier momento del día** (incluso sin tener en cuenta si se ha comido ni a qué hora) mayor de 200 mg/dl, y que además existan síntomas claros de diabetes.
- **Glucemia en ayunas**: si es mayor de 126 mg/dl, tras ayuno de al menos 8 horas.
- **Sobrecarga oral de glucosa ("curva de glucemia")**: tras ayunas de al menos 10-12 horas, se da un zumo de 250 ml que contiene 75 gr. de glucosa y se extrae una muestra de sangre a las dos horas. Si es mayor de 200 mg/dl, la prueba es positiva.

Para afirmar que se tiene diabetes, en los dos últimos casos se requiere la comprobación en una segunda ocasión en los días próximos.

Principales cifras de la enfermedad



Según datos de la Federación Internacional de Diabetes (FID):

- **Uno de cada diez adultos** (537 millones) **en todo el mundo vive actualmente con diabetes**. Se prevé que la cifra total aumente a 643 millones (11,3%) en 2030 y a 783 millones (12,2%) en 2045.
- **Uno de cada once adultos** (61 millones) **en Europa vive con diabetes**.
- Se calcula que **globalmente hay 240 millones de personas que viven con diabetes sin diagnosticar**, siendo en Europa unos 22 millones.
- **En España hay unos 5,1 millones de adultos que viven con diabetes**. Afecta a **uno de cada siete adultos**, siendo esta **la segunda tasa más alta de Europa**.
- **Casi un tercio (30,3%) de las personas que viven con diabetes en España no están diagnosticadas**.

Más Información



Recuerda: Hay que **prestar atención a todos estos síntomas** y **acudir al médico** si se presenta alguno de ellos con el fin de realizar una analítica que confirme o descarte la existencia de una diabetes y, llegado el caso, instaurar el tratamiento más adecuado para controlarla, con el fin de evitar complicaciones mayores.

Plan General de Actividades Preventivas 2023

