



Dra. Thamara Ortiz

COMPLICACIONES CRÓNICAS DE LA DIABETES TIPO 1

Con el paso de algunos años después de tu diagnóstico, si has mantenido un control metabólico inadecuado, debes saber que muchos de tus órganos pueden sufrir daños irreversibles, de ellos los principales son:

1. Retinopatía diabética:

La retinopatía diabética consiste en una enfermedad donde en la retina, producto del mal control metabólico, comienzan a suceder eventos dañinos que a la larga pueden dejarte sin vista; para prevenirla, debes acudir al oftalmólogo anualmente, informar a dicho especialista que eres diabético y solicitar se te realice un estudio llamado fondo de ojo, el cual permite visualizar dichas alteraciones.



2. Neuropatía Diabética:

La neuropatía es una complicación donde los nervios periféricos del cuerpo, especialmente los que pertenecen a las piernas, sufren algunos cambios que impiden que la conducción de sus impulsos nerviosos se lleve a cabo adecuadamente, provocando que exista una alteración de la sensibilidad (tacto) del área afectada. A largo plazo, si el mal control metabólico persiste, puedes sufrir consecuencias más severas tales como presentar úlceras en los pies secundarias a traumatismos que no has sentido al momento de sufrirlos y pasar desapercibidos a lo largo del tiempo, trayendo como consecuencia final una alteración conocida como pie diabético, constituyendo ésto a largo plazo un alto riesgo para la pérdida definitiva de algún segmento de sus miembros inferiores.



Recuerda que, por tu condición, la capacidad que tienes para cicatrizar tus heridas es más lenta, por lo tanto, si tienes una herida, puede costar mucho para que cicatrice y se repare el daño.

También es importante que recuerdes que, para evitar heridas en los pies, debes utilizar zapatos cómodos, no apretados, con medias suaves y el corte de tus uñas debe ser bien realizado.

3. Nefropatía diabética:

Es una enfermedad donde los riñones dejan de filtrar adecuadamente algunas sustancias que tenemos en nuestra sangre (principalmente proteínas), lo cual conlleva a que las mismas sean expulsadas por la orina y se produce un daño renal en la mayoría de los casos irreversible. Si la nefropatía progresa y se mantiene con los años, pudiera presentarse el caso de que el riñón deje de funcionar parcial o totalmente (Insuficiencia renal crónica), llevando al paciente inclusive a ameritar diálisis (Recambio de sangre) tres veces por semana para continuar viviendo.



Anualmente debes acudir a chequeo con el nefrólogo, e informarle que eres diabético para que te realice las pruebas de laboratorio pertinentes para evaluar si estas eliminando las proteínas de forma inadecuada, y de ser el caso, inicie el tratamiento pertinente para evitarlo.



IRECUERDA QUE TODAS ESTAS COMPLICACIONES PUEDES EVITARLAS, Y LO QUE DEBES HACER ES MANTENER UN BUEN CONTROL METABÓLICO, ADEMÁS DE ACUDIR A LAS CONSULTAS CON TU ENDOCRINÓLOGO PERIÓDICAMENTE!!!