

# Mi Diabetes



**Proyecto Mi Diabetes – Información sobre la Diabetes y servicios en Europa para las mujeres y sus familias coordinados por:**

***Instituto Europeo para la Salud de la Mujer - EIWH***

[www.eurohealth.ie](http://www.eurohealth.ie)

## **Introducción:**

### **¿Qué es la Diabetes?**

Una persona tiene diabetes cuando los niveles de glucosa en sangre (azúcar en sangre) son más altos de lo normal. La glucosa se obtiene de los alimentos que ingerimos, siendo una importante fuente de aporte de energía para todas las células del cuerpo.

El páncreas, órgano localizado entre el estómago y la columna dorsal, produce la hormona llamada insulina, que ayuda a la sangre a proporcionar glucosa a las células. Si el páncreas no fabrica suficiente insulina o si la insulina no realiza su trabajo, nuestro cuerpo no procesa la glucosa, por lo que esta permanece en la sangre y las células del cuerpo no poseen suficiente energía para el correcto funcionamiento.

Hay tres tipos de diabetes:

- Tipo 1
- Tipo 2
- Diabetes Gestacional

La diferencia entre los distintos tipos serán explicadas a continuación, pero el resto de nuestra discusión se centrará principalmente en la diabetes Tipo 2, la más común (y también la más fácil de prevenir).