

Información para el paciente de BMJ

Última publicación: Feb 27, 2023

Diabetes tipo 1: ¿qué es?

La diabetes tipo 1 es una afección a largo plazo que generalmente comienza en la infancia o en la adultez temprana, pero que también puede ocurrir más adelante en la vida. Tomar insulina, comer una dieta saludable y mantenerse activo puede ayudar a las personas con diabetes tipo 1 a vivir una vida larga y saludable.

qué es?

Si tiene diabetes, tiene demasiada glucosa en la sangre. La glucosa es un tipo de azúcar que el cuerpo utiliza para obtener energía. Pero si se acumula demasiado en la sangre, puede enfermarte.

Hay dos tipos principales de diabetes: tipo 1 y tipo 2. Esta información es para adultos con diabetes tipo 1 y padres de niños con esta afección.

La diabetes tipo 1 generalmente comienza en la infancia, la adolescencia o la adultez temprana, pero también puede comenzar más tarde en la vida adulta.

Todo el mundo necesita **energía de glucosa**, y todo el mundo necesita una hormona llamada **insulina** para mantener su glucosa en sangre en un nivel saludable. Pero cuando tienes diabetes tipo 1, tu cuerpo deja de producir insulina o produce muy poca insulina.

Este tipo de diabetes solía llamarse diabetes insulino dependiente, porque se puede controlar tomando insulina.

Por lo general, la diabetes tipo 1 es una enfermedad **autoinmune**. Esto significa que las células de su sistema inmunológico, que normalmente luchan contra los gérmenes, atacan algunas de sus propias células por error. En la diabetes tipo 1, el sistema inmunitario ataca a las células que producen insulina.

Los médicos no saben por qué sucede esto. Puede ser desencadenada por virus, sus genes o una combinación de factores. A veces, las personas contraen diabetes tipo 1 sin tener un problema autoinmune, pero esto no es común.

Cuáles son los síntomas?

Si usted o su hijo desarrollan diabetes tipo 1, es probable que los síntomas comiencen de repente, durante unos días o semanas. Estos pueden incluir:

Diabetes tipo 1: ¿qué es?

- Necesidad de orinar con más frecuencia
- Sensación de mucha sed
- sentirse muy cansado o débil
- visión borrosa
- Perder peso sin proponérselo.

Si usted o su hijo tienen alguno de estos síntomas, es importante que consulten a un médico. El médico medirá su nivel de glucosa en la sangre.

Qué me va a pasar?

Muchos niños y adultos con diabetes tipo 1 llevan una vida plena y saludable al mantener su nivel de glucosa en sangre cerca de lo normal, comer de manera saludable y hacer ejercicio regularmente.

Si ha tenido diabetes durante mucho tiempo, tiene una mayor probabilidad de tener problemas de salud adicionales relacionados con su diabetes. Los ojos, los riñones, los pies y el corazón son las partes del cuerpo con mayor probabilidad de verse afectadas. Los médicos llaman a estos problemas **complicaciones**.

No todas las personas con diabetes tienen complicaciones. Cuanto más cerca esté su nivel de glucosa en sangre de lo normal, menos probabilidades tendrá de tener complicaciones.

Para detectar cualquier problema, usted o su hijo se someterán a revisiones periódicas. Estos pueden incluir comprobaciones de su

- Control de la glucosa en sangre
- Ojos
- Presión arterial
- colesterol
- Riñones
- pies, y
- nervios.

También es importante que se mantenga al día con las vacunas. Esto incluye recibir una vacuna anual contra la gripe.

Dónde obtener más ayuda

Los grupos de apoyo para la diabetes ayudan a muchas personas a sobrellevar su enfermedad y a llevar una vida plena. Estos grupos pueden ser especialmente útiles para los padres de niños con diabetes tipo 1, quienes a veces pueden tener dificultades para controlar la diabetes de sus hijos.

Puede preguntarle a su médico o enfermera de diabetes sobre qué grupos están disponibles en su área, o hacer una búsqueda de grupos en Internet. Por ejemplo, en el Reino Unido,

Diabetes tipo 1: ¿qué es?

una organización benéfica registrada que brinda apoyo y asesoramiento a las personas con diabetes y sus familias es Diabetes UK (diabetes.org.uk)

Para obtener más información sobre los tratamientos para la diabetes, consulte nuestro prospecto *Diabetes tipo 1: ¿qué tratamientos funcionan?*

La información para el paciente de *BMJ Best Practice* del que se deriva este folleto se actualiza periódicamente. La versión más reciente de las Best Practice puede encontrarse en bestpractice.bmj.com. Esta información está destinada a los profesionales de salud. No sustituye al asesoramiento médico. Se recomienda encarecidamente que verifique de forma independiente cualquier interpretación de este material y, si tiene algún problema médico, acuda a su médico.

Consulte las condiciones de uso completas del BMJ en: bmj.com/company/legal-information. BMJ no ofrece ninguna declaración, condición, garantía o aval, ya sea explícito o implícito, de que este material sea exacto, completo, actualizado o adecuado para un fin determinado.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos los derechos reservados.

