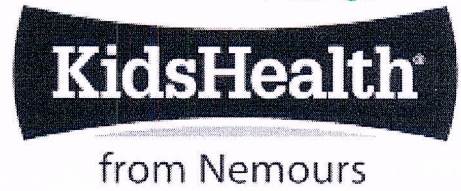


**KidsHealth.org**

The most-visited site  
devoted to children's  
health and development

**Diabetes tipo 2: ¿Qué es?**

(Type 2 Diabetes: What Is It?)

Existen dos tipos principales de diabetes, cuyos nombres no son muy interesantes. Se denominan "diabetes tipo 1" y "diabetes tipo 2". Veamos en qué consiste la **diabetes tipo 2**, un problema de salud que afecta a niños y adultos.

**¿Qué es la diabetes?**

La diabetes es una enfermedad que afecta el modo en que el organismo utiliza la glucosa, un azúcar que constituye la principal fuente de combustible para el cuerpo. Así como un reproductor de CD necesita baterías, nuestro cuerpo necesita glucosa para seguir funcionando. Ésta es la manera en que debería funcionar:

1) ¿Qué es la glucosa?

1. Comemos.
2. La glucosa contenida en los alimentos ingresa en el torrente sanguíneo.
3. El páncreas produce una hormona llamada insulina.
4. La insulina ayuda a que la glucosa ingrese en las células del cuerpo.
5. El cuerpo obtiene la energía que necesita.

2) ¿Qué hace la insulina?

El páncreas es una glándula larga y plana, ubicada en el abdomen, que ayuda a que el cuerpo digiera los alimentos. También produce insulina. La insulina es como una llave que abre las puertas hacia las células del cuerpo. Y permite que ingrese la glucosa. Entonces, la glucosa puede pasar de la sangre a las células.

3) ¿Por qué es el páncreas como una llave?

Sin embargo, cuando alguien padece diabetes, o bien el organismo no produce insulina, o la insulina no funciona como debería. Como la glucosa no puede ingresar en las células normalmente, los niveles de azúcar en sangre aumentan demasiado. Cuando una persona tiene una elevada concentración de azúcar en sangre y no sigue un tratamiento, se enferma.

**Diabetes tipo 2**

La diabetes tipo 1 y la diabetes tipo 2 generan un aumento de los niveles de azúcar en sangre de diferente manera.

En la diabetes tipo 1, el páncreas no produce insulina. Sin embargo, el cuerpo puede seguir obteniendo la glucosa contenida en los alimentos. Pero la glucosa no puede ingresar en las células, que la necesitan. La glucosa permanece en la sangre. Esto hace que los niveles de azúcar en sangre aumenten demasiado.

La diabetes tipo 2 es diferente. En la diabetes tipo 2, el páncreas produce insulina. Pero la insulina no funciona como debería en el cuerpo. La glucosa se queda rondando por ahí y se acumula en la sangre. El páncreas produce aún más insulina para lograr que la glucosa ingrese en las células, pero finalmente se agota debido a este esfuerzo excesivo. En consecuencia, los niveles de azúcar en sangre aumentan demasiado.

#### ④ ¿Qué es la diferencia entre tipo 1 y 2?

La mayoría de las personas que padecen diabetes tipo 2 tienen problemas de sobrepeso. En el pasado, sobre todo los adultos con problemas de sobrepeso padecían de diabetes tipo 2. Hoy en día, un mayor número de niños padecen diabetes tipo 2, probablemente porque hay más niños con sobrepeso.

#### ⑤ En la diabetes tipo 2, ¿qué es el problema?

Los expertos consideran que la tendencia a contraer la enfermedad podría ser hereditaria. Los niños que tienen parientes que padecen diabetes tipo 2 son más propensos a contraer la enfermedad. Además, los niños que son de origen indioamericano, afroamericano, hispano/latino, asiático o de las islas del Pacífico se encuentran más propensos a contraer diabetes tipo 2. Los niños mayores de 10 años son más propensos a contraer diabetes tipo 2 que los menores.

### ¿Cómo se da cuenta una persona de que padece diabetes tipo 2?

Algunos niños pueden padecer diabetes tipo 2 y no saberlo. Algunos de los síntomas no resultan fáciles de detectar y pueden tardar muchos años en desarrollarse. Además, muchos niños no tienen ningún síntoma en absoluto.

Sin embargo, cuando una persona padece diabetes tipo 2, suelen aparecer estos síntomas:

- **se siente muy cansada** porque el cuerpo no puede usar el azúcar como fuente de energía adecuadamente.
- **orina mucho** porque el cuerpo intenta eliminar el exceso de azúcar en sangre a través de la orina.
- **bebe mucho líquido** para compensar todo lo que ha eliminado al orinar.

En algunos niños que padecen diabetes tipo 2, la piel puede tener un aspecto diferente. Quizá noten un anillo oscuro alrededor del cuello, que no desaparece. También pueden observar que la piel se pone más gruesa, oscura y como aterciopelada debajo de los brazos, entre las piernas, entre los dedos de las manos y los pies, en los codos y en las rodillas.

¿Cómo saber si uno padece diabetes? Mediante análisis de sangre en los que se estudian los niveles de glucosa, los médicos pueden afirmar con certeza que una persona padece diabetes. Aunque un niño no presente ninguno de los síntomas de la diabetes tipo 2, los médicos pueden valerse de análisis de sangre para determinar la presencia de esta enfermedad en los niños que son más propensos a padecerla, como los que tienen problemas de sobrepeso.

Si padeces diabetes tipo 2, puedes consultar con un especialista en **endocrinología pediátrica**. Un especialista en endocrinología pediátrica atiende a niños con problemas de diabetes, de crecimiento y otros.

### Cómo convivir con la diabetes tipo 2

A diferencia de los niños que no son diabéticos, los que padecen diabetes tipo 2 tienen que prestarles un

poco más de atención a su alimentación y a las actividades que realizan. Quizá deban ocuparse de lo siguiente:

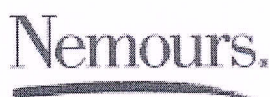
- seguir una dieta saludable para que los niveles de azúcar en sangre se mantengan bajo control y ellos puedan crecer normalmente
- hacer ejercicio regularmente
- inyectarse insulina o tomar medicamentos que contribuyan a un mejor funcionamiento de la insulina en el cuerpo
- controlar sus niveles de azúcar en sangre
- ponerse en tratamiento para otros problemas de salud que suelen aparecer con mayor frecuencia en las personas que padecen diabetes tipo 2, como la hipertensión o el exceso de grasas en sangre
- realizarse controles periódicos con su médico y con otros miembros del equipo de profesionales que está tratando su diabetes, para poder mantenerse sanos y disponer del tratamiento adecuado ante cualquier problema

Quizá deban comer porciones más pequeñas que antes, así como restringir el consumo de sal y grasas. Es bueno saber que los niños que comen alimentos sanos, se mantienen activos y tienen un peso adecuado podrán lograr que sus niveles de azúcar en sangre se encuentren dentro de parámetros saludables. Si logran conseguirlo, quizás el médico decida que no deben tomar medicamentos para la diabetes nunca más.

Aunque los niños que padecen diabetes deben ocuparse de algunas cosas especiales, esta enfermedad no les impide disfrutar de lo que aman hacer. Pueden practicar deportes, salir con sus amigos y viajar. Si un amigo tuyo padece diabetes, dile que puedes apoyarlo. La amistad consiste en divertirse juntos y no en tener un nivel de azúcar en sangre perfecto.

Revisado por: Steven Dowshen, MD

Fecha de revisión: junio de 2015



Nota: Toda la información incluida en KidsHealth® tiene propósitos educacionales solamente. Si necesita servicios para diagnóstico o tratamiento, tenga a bien consultar con su médico de cabecera.

© 1995-2015 The Nemours Foundation. Todos los derechos reservados.

Imágenes proporcionado por The Nemours Foundation, iStock, Getty Images, Corbis, Veer, Science Photo Library, Science Source Images, Shutterstock, y Clipart.com

