

#piensaendiabetes

Campaña para el diagnóstico temprano de la **diabetes mellitus**



La **diabetes mellitus tipo 2 (DM2)** es un problema de salud pública a nivel mundial. Se produce por un aumento mantenido de los niveles de glucosa ("azúcar") en sangre, que habitualmente se produce en adultos que presentan factores de riesgo de desarrollarla.

Cuando aparece, suele hacerlo de forma progresiva y poco llamativa, por lo que un diagnóstico basado en los síntomas es casi siempre tardío.

Los principales factores de riesgo de desarrollar diabetes mellitus tipo 2 son:



Sobrepeso u obesidad



Sedentarismo



Edad superior a 45 años



Antecedente de hipertensión arterial (HTA) o dislipemia



Grupo étnico con alto riesgo de DM2 (población africana, asiática y latinoamericana)



Antecedentes familiares de diabetes



Antecedente de diabetes gestacional

Si tienes factores de riesgo para desarrollar diabetes **mellitus tipo 2**, consulta con tu **equipo sanitario**.

Recuerda que, tengas o no estos **factores de riesgo**, y sea cual sea tu edad, puedes plantearte **mejorar tus hábitos de vida** para prevenir la **diabetes y otras enfermedades**.

El **Test de Findrisc** permite una estimación del riesgo de desarrollar DM2 en base a una serie de parámetros sencillos de obtener (accede en: <https://goo.gl/2Lo3JF>)

#1tira1vida

¡Ayúdanos a difundirlo!

