Salud y Vida: Consejos para tratar y prevenir diabetes I KRGV Channel 5 News Transcript

(Transcripts are generated by AI and may contain errors)

Introducciu00f3n a la diabetes

alto, niveles de azúcar en la sangre tienen muchos efectos negativos en las salud y actualmente representa uno de los problemas que más preocupa a los especialistas.

Nancy Soto nos presenta lo que aconsejan los expertos en salud para tratar y prevenir la diabetes en nuestro segmento Salud y Vida. La diabetes se caracteriza por los altos niveles de glucosa en la sangre, lo cual se debe a la insuficiencia de insulina en el cuerpo.

Riesgos y complicaciones de la enfermedad

Esta enfermedad podría ser difícil de revertir, pero se puede tener un buen control de ella siguiendo algunas pautas. La Diabetes aumenta el riesgo de enfermedades cardiovasculares, por lo que es más probable que se produzca un ataque al corazón o un derrame cerebral.

También genera muchos problemas de circulación, especialmente en los riñones, puede afectar casi cualquier parte del cuerpo.

Control con alimentaciu00f3n, medicaciu00f3n y ejercicio

El CDC estima que más de 130 millones de adultos en el país viven con diabetes o pre-diabetes, lo cual puede desencadenar desde derrames cerebrales hasta la necesidad de amputar un miembro.

La inflamación conduce múltiples problemas en el camino. Los efectos a largo plazo de la diabetes aumentan el riesgo de enfermedades cardiovasculares, por lo que es probable que tenga un ataque al corazón o un derrame cerebral.

También tiene muchos problemas con la circulación, especialmente los riñones. Personas que padecen de esta enfermedad están bajo observación médica de manera regular.

Chequeos mu00e9dicos y detecciu00f3n temprana

La doctora familiar Amy Duffy menciona que para tratar cualquier tipo de diabetes es indispensable llevar un plan de alimentación adecuado, consumir los medicamentos prescritos por su médico y practicar actividad física de forma regular Por lo tanto, aprender lo que hace su cuerpo y cómo reacciona a los alimentos es realmente útil para que pueda controlarlo.

Así que conozca su número para saber si las intervenciones que está haciendo ayudan a bajar el nivel de azúcar. Se recomienda realizar exámenes y chequeos médicos regulares, como visitar al oftalmólogo una vez al año, hacerse exámenes completos y pruebas de sensibilidad en los pies, y también se aconseja realizar examenes de colesterol y presión sanguínea.

En el Valle del Río Grande, muchas personas que tienen esta enfermedad aún no saben que lo padecen debido a que no presentan síntomas. Por eso, es muy importante realizar los exámenes médicos recomendados regularmente e iniciar un tratamiento oportunamente.

Para Salud y Vida, les informó Nancy Soto, Hechos Valley.