

# SÍNTOMAS, DIAGNÓSTICO Y PRINCIPALES CIFRAS

## Síntomas

### Síntomas



Poliuria



Polidipsia



Pérdida peso



Polifagia



Astenia

Los **principales síntomas** de la **diabetes** son:

- Sentir **muchas ganas de orinar** (poliuria).
- Sentir **mucha sed** (polidipsia).
- Notar **pérdida de peso** y **pérdida de masa muscular**.
- Tener **mucho apetito** (polifagia).
- Sentir **cansancio** (astenia).

Las personas con diabetes experimentan **distintos síntomas, según el grado de hiperglucemia** que presenten. Cuando el azúcar está controlado (niveles normales de glucemia o normoglucemia) la persona estará sin síntomas. En caso de hiperglucemia leve puede no notar síntomas, situación frecuente en el comienzo de la **diabetes tipo 2**, que puede así pasar desapercibida durante años antes de ser diagnosticada. En el caso de la **diabetes tipo 1**, estos síntomas **se pueden desarrollar rápidamente**, en semanas o incluso días.

## Diagnóstico de la Diabetes Mellitus

### \*Glucemia

Es un análisis que mide la cantidad (concentración) de azúcar (glucosa) presente en la sangre.



La diabetes sólo se puede diagnosticar por alguno de los siguientes **tres métodos**:

- **Glucemia\* realizada en cualquier momento del día** (incluso sin tener en cuenta si se ha comido ni a qué hora) mayor de 200 mg/dl, y que además existan síntomas claros de diabetes.
- **Glucemia en ayunas**: si es mayor de 126 mg/dl, tras ayuno de al menos 8 horas.
- **Sobrecarga oral de glucosa ("curva de glucemia")**: tras ayunas de al menos 10-12 horas, se da un zumo de 250 ml que contiene 75 gr. de glucosa y se extrae una muestra de sangre a las dos horas. Si es mayor de 200 mg/dl, la prueba es positiva.

Para afirmar que se tiene diabetes, en los dos últimos casos se requiere la comprobación en una segunda ocasión en los días próximos.

## Principales cifras de la enfermedad



Según datos de la Federación Internacional de Diabetes (FID):

- **Uno de cada diez adultos** (537 millones) **en todo el mundo vive actualmente con diabetes**. Se prevé que la cifra total aumente a 643 millones (11,3%) en 2030 y a 783 millones (12,2%) en 2045.
- **Uno de cada once adultos** (61 millones) **en Europa vive con diabetes**.
- Se calcula que **globalmente hay 240 millones de personas que viven con diabetes sin diagnosticar**, siendo en Europa unos 22 millones.
- **En España hay unos 5,1 millones de adultos que viven con diabetes**. Afecta a **uno de cada siete adultos**, siendo esta **la segunda tasa más alta de Europa**.
- **Casi un tercio (30,3%) de las personas que viven con diabetes en España no están diagnosticadas**.

Más Información



**Recuerda:** Hay que **prestar atención a todos estos síntomas** y **acudir al médico** si se presenta alguno de ellos con el fin de realizar una analítica que confirme o descarte la existencia de una diabetes y, llegado el caso, instaurar el tratamiento más adecuado para controlarla, con el fin de evitar complicaciones mayores.

Plan General de Actividades Preventivas 2023

