

# Diabetes - The Silent Killer



Did you know that diabetes is the seventh leading cause of death in adults in the United States? The symptoms of this chronic condition can go unnoticed. Without proper diagnosis and treatment, diabetes can lead to other underlying health issues.

## Types of Diabetes

- **Type 1 diabetes:** Occurs when the immune system fights the cells in the pancreas in charge of producing insulin
- **Type 2 diabetes:** Appears when the body doesn't process glucose properly because it doesn't produce enough insulin or your body resists insulin
- **Gestational diabetes:** A usually temporary rise in blood sugar levels during pregnancy

You might also be diagnosed as prediabetic, meaning your blood sugar is above normal but not yet high enough to be considered diabetic. Gestational diabetes and prediabetes generally have no symptoms.

### Symptoms of Type 1 and Type 2 Diabetes

- Increased thirst
- Frequent urination
- Fatigue
- Blurry vision
- Sudden weight loss
- Appetite increase
- Slow healing cuts or sores
- Dry skin and/or mouth
- Numbness or tingling in hands or feet

### Consequences and Complications

- Blindness
- Kidney disease
- Nerve damage
- Heart disease
- Stroke
- Foot problems

### Risk Factors

#### Type 1 diabetes

- Family history: risk increased if a parent or sibling has Type 1 diabetes

#### Type 2 diabetes

- Family history
- Ethnic background
- Being overweight
- Age
- Physical inactivity
- Previous diagnosis of gestational diabetes
- Unhealthy diet
- Prediabetes

#### Gestational diabetes

- Age
- Personal or family history
- Weight
- Ethnic background
- Gestational diabetes in a previous pregnancy

Are you at risk for developing Type 2 diabetes? Take this [diabetes risk test](#) from American Diabetes Association.

Learn more about diabetes education and support services on the [Baylor Scott & White Health website](#). Talk with your healthcare provider about your risk of developing diabetes and what to do next if you're diagnosed.



## Diabetes: el asesino silencioso

¿Sabía que la diabetes es la séptima causa de muerte en adultos en los Estados Unidos? Los síntomas de esta afección crónica pueden pasar desapercibidos. Sin un diagnóstico y tratamiento adecuados, la diabetes puede conducir a otros problemas de salud subyacentes.

### Tipo de diabetes

- **Diabetes tipo 1:** Ocurre cuando el sistema inmunitario combate las células del páncreas encargado de producir insulina
- **Diabetes tipo 2:** Aparece cuando el organismo no procesa adecuadamente la glucosa porque no produce suficiente insulina o el cuerpo es resistente a la insulina
- **Diabetes gestacional:** Un aumento, generalmente temporal, en los niveles de azúcar en la sangre durante el embarazo

También podría recibir un diagnóstico de prediabetes, lo que significa que su nivel de azúcar en la sangre está por encima de lo normal, pero aún no lo suficientemente alto como para ser considerado diabético. La diabetes gestacional y la prediabetes generalmente no presentan síntomas.

### Síntomas de la diabetes tipo 1 y tipo 2

- Aumento de la sed
- Micción frecuente
- Fatiga
- Visión borrosa
- Pérdida de peso repentina
- Aumento del apetito
- Heridas o cortes de curación lenta
- Piel o boca seca
- Entumecimiento u hormigueo en manos o pies

### Consecuencias y complicaciones

- Ceguera
- Enfermedad renal
- Daño en los nervios
- Enfermedad cardíaca
- Derrame cerebral
- Problemas en los pies

### Factores de riesgo

#### Diabetes tipo 1

- Antecedentes familiares: el riesgo aumenta si uno de los padres o hermanos tiene diabetes tipo 1

#### Diabetes tipo 2

- Antecedentes familiares
- Origen étnico
- Sobrepeso
- Edad
- Inactividad física
- Diagnóstico previo de diabetes gestacional
- Dieta poco saludable
- Prediabetes

#### Diabetes gestacional

- Edad
- Antecedentes personales o familiares
- Peso
- Origen étnico
- Diabetes gestacional en un embarazo anterior

¿Está en riesgo de desarrollar diabetes tipo 2? Realice esta [prueba de riesgo de diabetes](#) de la Asociación Americana de Diabetes.

Obtenga más información sobre la diabetes y los servicios de apoyo en el [sitio web de Baylor Scott & White Health](#). Hable con su proveedor de atención médica sobre su riesgo de desarrollar diabetes y qué hacer si se le diagnostica.