



La diabetes es una enfermedad crónica, es decir de largo plazo y recurrente, donde el páncreas no produce insulina (hormona que regula el azúcar en la sangre), o bien, el organismo no usa bien la insulina producida. El nulo control de la diabetes produce hiperglucemia, un aumento de azúcar en la sangre que puede producir grave daño a distintos órganos, el sistema nervioso y los vasos sanguíneos.

Tipos de diabetes

Diabetes Mellitus tipo 1: En este caso los pacientes son insulino dependientes, su páncreas no produce insulina y por lo tanto debe administrarse esta hormona todos los días. Este tipo de diabetes se puede detectar en la infancia o adolescencia, y corresponde a factores hereditarios, por lo tanto, no se puede prevenir.

Diabetes tipo 2: La principal causa de la diabetes tipo 2, es la mala alimentación y el sedentarismo que contribuyen al desarrollo temprano de sobrepeso y obesidad. Este tipo de diabetes representa 90% de los casos a nivel mundial.

Diabetes gestacional: Este tipo de diabetes se desarrolla durante el embarazo, donde la madre tiene sobrepeso u obesidad al momento de la gestación.

Cómo evitar la diabetes tipo 2

La lactancia materna hasta los dos años de vida, puede prevenir el riesgo de sobrepeso y obesidad infantil. Así mismo, realizar una actividad física regular, mantenerse en un peso adecuado, dormir 8 horas diarias, reducir el estrés y comer saludable, son las formas en que se puede prevenir.



Síntomas de la diabetes tipo 2:

- Fatiga constante
- Mucha hambre.
- Mucha sed.
- Visión borrosa.
- Orinas con demasiada frecuencia.
- Piel de axilas y cuello en tono oscurecido.

TRATAMIENTO NATURAL AUXILIAR EN LA DIABETES:

Dentro de las alternativas naturales para mejorar el control de la glucosa se recomienda:

- Tomar un Detox completo.
- Consumir un combinado de fibras de linaza, avena y nopal. Si está enriquecido con Coenzima Q10, zinc, magnesio, vitamina C y cromo multiplica el efecto benéfico.
- El omega 3 reduce la resistencia a la insulina.
- Limpiar el hígado con una fórmula a base de cúrcuma, diente de león, hinojo, romero y cardamomo propicia que el páncreas, pueda producir paulatinamente insulina de mejor calidad.

Pregunta para mayores informes acerca de estas alternativas en el **3338 800 820** y en el WhatsApp **3316051249**

Fuentes:

http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522014000100011#:~:text=Se%20ha%20demostrado%20que%20la,verduras%20no%20tuvo%20ninguna%20relaci%C3%B3n13.
<http://renhyd.org/index.php/renhyd/article/view/20>
http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112006000500007
[https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182015000100012#:~:text=Efectos%20de%20omega%203%20en,%2C%20entre%20otras%20\(16\).](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182015000100012#:~:text=Efectos%20de%20omega%203%20en,%2C%20entre%20otras%20(16).)
<https://www.fundaciondiabetes.org/general/articulo/258/minerales-y-omega-3-para-la-diabetes>