

14 de noviembre

Día Mundial Contra la Diabetes

Eje de Seguridad y
Salud en el Trabajo



Estrategia Permanente
de Innovación y Cambio
Organizacional

La diabetes es una enfermedad crónica que aparece cuando el páncreas no produce insulina suficiente o cuando el organismo no utiliza eficazmente la insulina que produce. Desde 1980, el número de personas con diabetes en el mundo casi se ha cuadruplicado.



Todos los tipos de diabetes pueden provocar complicaciones en diversas partes del organismo e incrementar el riesgo de muerte prematura. Además, provoca el aumento de factores de riesgo conexos, como el sobrepeso o la obesidad.

Claves contra diabetes:

- Una dieta saludable.
- Actividad física regular.
- Mantener un peso corporal normal.
- Evitar el consumo de tabaco previene la diabetes tipo 2 o retrasa su aparición.
- Medicación y exámenes periódicos para detectar y tratar sus complicaciones.



**BIENESTAR
FAMILIAR**