



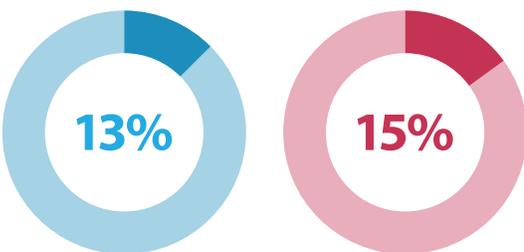
# DIABETES EN EL CONDADO DE BEXAR • 2014

En el 2014, 14.2% de los adultos en el Condado de Bexar han sido diagnosticados con diabetes (tipo 1 o tipo 2)<sup>1</sup>, el cual es más alto que el porcentaje del Estado de Tejas (10.6%) y mucho más alto que el promedio nacional (9.3%).<sup>2</sup> Si las tendencias actuales continúan, se estima que el número de Americanos con diabetes se duplicara o triplicara para el 2050.<sup>3</sup> Sin embargo, las personas con alto riesgo de contraer diabetes pueden demorar o evitar desarrollar la diabetes tipo 2 al bajar de peso a través de actividad física y adoptando una dieta baja en grasas y calorías.<sup>4</sup> **¡La hora de actuar es ahora!**

## LA DIABETES HA INCREMENTADO CONTINUAMENTE IMPACTANDO 1 de cada 7 ADULTOS



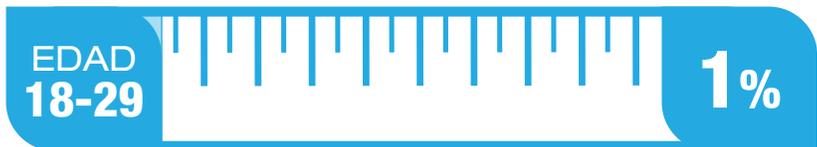
## LA PREVALENCIA DE LA DIABETES NO VARÍA SIGNIFICANTEMENTE ENTRE HOMBRES Y MUJERES



### % DE ADULTOS CON DIABETES • POR AÑO



### % DE ADULTOS CON DIABETES • POR EDAD



PERSONAS MAYORES DE 45 TIENEN MÁS PROBABILIDADES DE DESARROLLAR DIABETES.





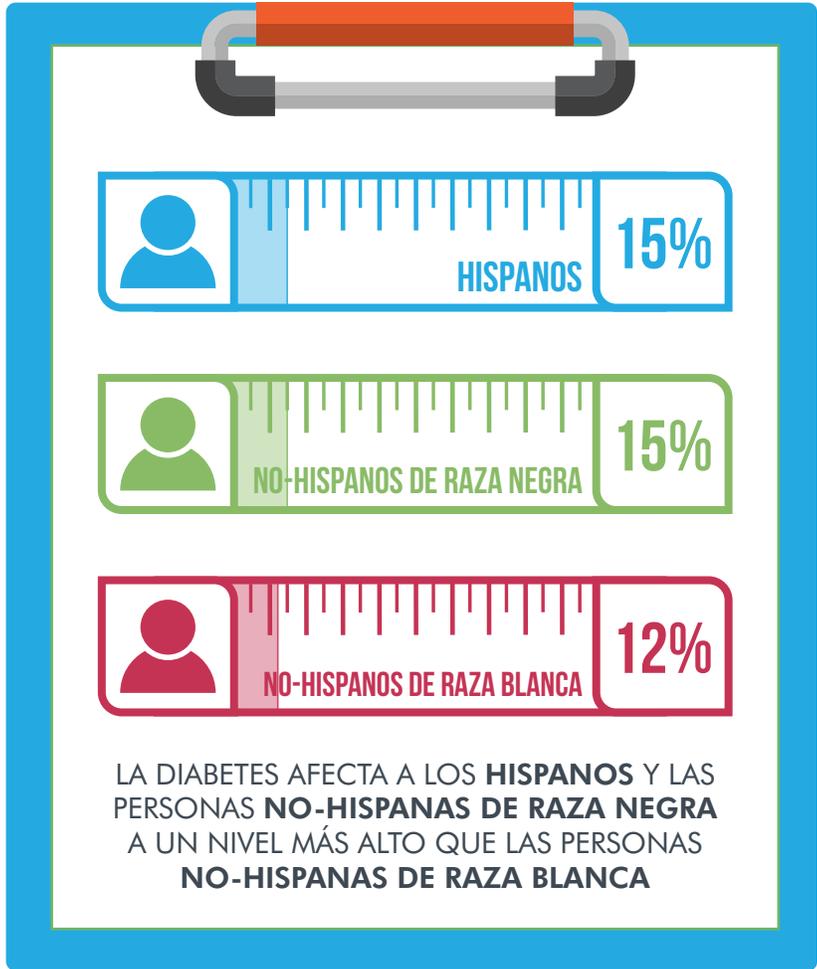
**% DE ADULTOS CON DIABETES • POR NIVEL DE INGRESOS**



LAS PERSONAS CON INGRESOS MENORES A \$25,000 TIENEN MAYOR PROBABILIDAD DE DESARROLLAR LA DIABETES



**% DE ADULTOS CON DIABETES • POR ETNICIDAD**



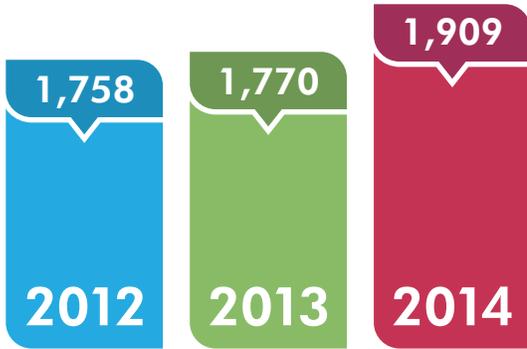
**% DE ADULTOS CON DIABETES • POR NIVEL EDUCATIVO**

Los altos riesgos de diabetes se asocian con bajos niveles de educación, especialmente entre aquellos que no se han graduado de la escuela preparatoria. **Los graduados de universidad tienen una menor probabilidad de desarrollar la diabetes.**



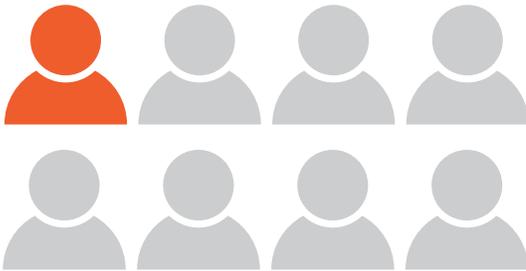


# DE AMPUTACIONES POR  
DIABETES EN EL CONDADO DE BEXAR



EL NÚMERO DE AMPUTACIONES A CAUSA DE LA DIABETES EN EL CONDADO DE BEXAR HA **INCREMENTADO DRAMÁTICAMENTE EN EL 2014** EN COMPARACIÓN CON LOS PREVIOS DOS AÑOS<sup>7</sup>

**1 DE CADA 8 ADULTOS EN EL CONDADO DE BEXAR**



HAN SIDO INFORMADOS POR SU DOCTOR, QUE PADECEN DE **PREDIABETES O QUE ESTAN AL LÍMITE DE CONTRAER DIABETES**<sup>1</sup>

CONSECUENCIAS DE LA DIABETES

LAS PERSONAS QUE PADECEN DE DIABETES CORREN UN **MAYOR RIESGO DE TENER COMPLICACIONES SERIAS DE SALUD, COMO**



AL TENER DIABETES, LA POSIBILIDAD DE SUFRIR UN ATAQUE CARDIACO, **CASI SE DUPLICA**<sup>6</sup>

**9 de cada 10 PERSONAS CON PREDIABETES EN LOS EE.UU. NO SABEN QUE LA PADECEN**<sup>5</sup>



NORMAL

PREDIABETES

DIABETES

OCURRE CUANDO LOS NIVELES DE GLUCOSA EN LA SANGRE SON MÁS ALTO DE LO NORMAL, PERO NO SUFICIENTEMENTE ALTO COMO PARA SER CLASIFICADO COMO DIABETES TIPO 2



¡SE UN CAMPEON POR EL BIENESTAR!

PREVIENE O DEMORA LA DIABETES TIPO 2 HACIENDO LO SIGUIENTE



PERDER PESO



COMER SALUDABLEMENTE



VIVIR UNA VIDA ACTIVA

APROXIMADAMENTE EL 80% DE LAS PERSONAS CON DIABETES TIPO 2 SON OBESAS O TIENEN SOBREPESO.<sup>8</sup>

SIN PERDIDA DE PESO O ACTIVIDAD FÍSICA MODERADA, CASI UN 30% DE LAS PERSONAS CON PREDIABETES DESARROLLARA DIABETES TIPO 2 DENTRO DE LOS PRÓXIMOS CINCO AÑOS.<sup>5</sup>

AYUDA EN LA COMUNIDAD



CITY OF SAN ANTONIO  
METROPOLITAN HEALTH DISTRICT

MANEJO DE LA DIABETES

Metro Health (210) 207-8802

[www.DiabetesHelpSA.com](http://www.DiabetesHelpSA.com)

¿Vive con diabetes? Metro Health proporciona talleres GRATUITOS para individuos que quieren aprender a manejar su diabetes a diario y prevenir o demorar complicaciones.



PREVENCIÓN DE LA DIABETES

Centro Y-Living (210) 924-8858

[www.DiabetesHelpSA.com](http://www.DiabetesHelpSA.com)

El programa del YMCA de Prevención de la Diabetes ayuda a los adultos con pre-diabetes a reducir la probabilidad de desarrollar diabetes tipo 2 a través de un bienestar saludable.



ASOCIACIÓN AMERICANA DE LA DIABETES (ADA)

San Antonio Oficina Local (210) 829-1765

[www.diabetes.org/sanantonio](http://www.diabetes.org/sanantonio)

La organización líder en educación, investigación y apoyo de la diabetes. La oficina en San Antonio de la ADA ofrece programas locales para personas con diabetes, sus amigos y familiares.

FUENTES DE DATOS

<sup>1</sup> Center for Health Statistics (CHS), Texas Behavioral Risk Factor Surveillance System Survey Data. Austin, Texas: Texas Department of State Health Services, 2012-2014.

<sup>2</sup> <http://www.cdc.gov/diabetes/data/index.html> <sup>3</sup> <http://www.cdc.gov/media/pressrel/2010/r101022.html> <sup>4</sup> <http://www.niddk.nih.gov/about-niddk/research-areas/diabetes/diabetes-prevention-program-dpp/Pages/default.aspx> <sup>5</sup> <http://www.cdc.gov/diabetes/library/socialmedia/infographics.html> <sup>6</sup> <http://www.diabetes.org/diabetes-basics/myths/Diabetes.org> <sup>7</sup> TX Department of State Health Services, Center for Health Statistics: Texas Hospital Inpatient Discharge Public Use Data File. <sup>8</sup> [http://www.niddk.nih.gov/health-information/health-topics/weight-control/health\\_risks\\_being\\_overweight/Pages/health-risks-being-overweight.aspx](http://www.niddk.nih.gov/health-information/health-topics/weight-control/health_risks_being_overweight/Pages/health-risks-being-overweight.aspx)