



## FUMAR, ¿AUMENTA EL RIESGO DE DESARROLLAR DIABETES TIPO 2 Y SUS COMPLICACIONES?

Es importante que evites fumar o, si lo haces, dejes de hacerlo a la brevedad, así lo aconseja la Clínica Mayo, en Estados Unidos.

Esto porque, además de los problemas de salud ya conocidos que puede ocasionar, **dicho mal hábito aumenta tu riesgo de desarrollar diabetes** tipo 2 así como de que se presenten varias complicaciones si ya tienes diabetes.

Tales complicaciones incluyen las siguientes:

- Reducción del flujo sanguíneo en las piernas y los pies, lo que puede provocar infecciones, úlceras que no cicatrizan y posible amputación
- Peor control del azúcar en sangre
- Enfermedad del corazón
- Infarto cerebral
- Enfermedad de los ojos, que puede derivar en ceguera
- Daño en los nervios
- Enfermedad del riñón
- Muerte prematura

**Habla con tu proveedor de atención médica sobre las diversas formas en las que puede ayudarte a dejar de fumar, o a dejar de usar otros tipos de tabaco.**

**RECUERDA:** Al igual que la diabetes, la presión arterial alta puede dañar los vasos sanguíneos. El colesterol elevado también es una preocupación, ya que el daño resultante suele ser peor y más rápido cuando se tiene diabetes. Una vez que estas condiciones se unen, pueden provocar un ataque cardíaco, un derrame cerebral u otras condiciones potencialmente mortales.

ClickISalud