



---

## **El poder de su intestino / Diabetes Tipo 2**

La diabetes es una enfermedad crónica relacionada con una anomalía en la producción o uso de la insulina, que es la hormona que regula la glucemia. Entre los factores medioambientales implicados, se señala a la microbiota intestinal.

En 2015, 415 millones de personas sufrían de diabetes. Según las previsiones de la OMS, serán 642 millones en 2040. En el 90 % de los casos, se trata de diabetes tipo 2.

## **La insulinoresistencia, principal causa de la diabetes tipo 2**

La principal causa de diabetes tipo 2 es la reducción de la sensibilidad de las células del organismo a la insulina. Esta insulinoresistencia lleva a la ineficacia de la hormona y estimula el páncreas para producir más, hasta el colapso. El azúcar se acumula en la sangre, provocando una hiperglucemia y graves complicaciones a largo plazo: infarto de miocardio, accidente cerebrovascular, artritis de los miembros inferiores, insuficiencia renal, ceguera.

**Whatsapp: 3317014800 MÉX: 333335 8026**



**[www.chiahuitztle.com](http://www.chiahuitztle.com)**



Pedro Moreno 674 Zona Centro, 44100 Guadalajara, Jal.





## ¿Implicación de la microbiota intestinal?

Si bien existe una predisposición genética a la diabetes tipo 2, el estilo de vida, sobre todo el sedentarismo, la alimentación demasiado grasa y dulce constituyen los principales factores de riesgo de esta enfermedad. Algunos lípidos y azúcares desencadenan una respuesta inflamatoria asociada con desórdenes metabólicos que, a su vez, aumentan el nivel de inflamación. Se instaura un círculo vicioso, en el que participaría la microbiota intestinal cuando está desequilibrada. Los investigadores han demostrado que la microbiota intestinal de los diabéticos estaba alterada y que esta disbiosis contribuía a la enfermedad.

## Mejorar el estilo de vida

El tratamiento de la diabetes se basa sobre todo en un estilo de vida correcto: pérdida de peso si es necesario, actividad física regular y alimentación equilibrada. A menudo es necesario combinar medicamentos.

La función de ciertas bacterias intestinales y/o de probióticos en la diabetes todavía no se ha confirmado, pero sus efectos beneficiosos, sobre todo en el apetito y en la glucemia, allanarían el camino para el desarrollo de nuevos objetivos terapéuticos para esta enfermedad que afecta a millones de personas.

**Whatsapp: 3317014800 MÉX: 333335 8026**



**[www.chiahuiztle.com](http://www.chiahuiztle.com)**



Pedro Moreno 674 Zona Centro, 44100 Guadalajara, Jal.





---

## Bibliografía:

[IDF Diabetes Atlas](#)

[Jin C, Henao-Mejia J, Flavell RA. Innate immune receptors : key regulators of metabolic disease progression. \*Cell Metab\* 2013 ; 17 : 873-82](#)

[Cani PD, Amar J, Iglesias MA, \*et al.\* Metabolic endotoxemia initiates obesity and insulin resistance. \*Diabetes\* 2007 ; 56 : 1761-72](#)

[Cani PD, Neyrinck AM, Fava F, \*et al.\* Selective increases of bifidobacteria in gut microflora improve high-fat-diet induced diabetes in mice through a mechanism associated with endotoxaemia. \*Diabetologia\* 2007 ; 50 : 2374-83.](#)

[Backhed F, Ding H, Wang T, \*et al.\* The gut microbiota as an environmental factor that regulates fat storage. \*Proc Natl Acad Sci USA\* 2004 ; 101 : 15718-23.](#)

[Serino M, Luche E, Gres S, \*et al.\* Metabolic adaptation to a high-fat diet is associated with a change in the gut microbiota. \*Gut, BMJ Publishing Group\*. 2012 ; 61 : 543-53. <https://hal.archives-ouvertes.fr/inserm-00726182/document>](#)

[Turnbaugh PJ, Backhed F, Fulton L, Gordon JI. Diet induced obesity is linked to marked but reversible alterations in the mouse distal gut microbiome. \*Cell Host Microbe\* 2008 ; 3 : 213-23.](#)

**Whatsapp: 3317014800 MÉX: 333335 8026**



**[www.chiahuiztle.com](http://www.chiahuiztle.com)**



**Pedro Moreno 674 Zona Centro, 44100 Guadalajara, Jal.**

