



Fumar en general no es saludable, pero hacerlo con diabetes puede hacer que usted corra un riesgo mayor de sufrir complicaciones graves. Los fumadores tienen hasta un 40 por ciento más posibilidades de desarrollar diabetes. ¿Por qué razón?, se debe a que los más de 600 compuestos químicos del tabaco pueden lesionar los vasos sanguíneos, los músculos y otros órganos.

Para las personas que ya padecen diabetes y fuman existe un riesgo de sufrir complicaciones mayores, como enfermedades cardíacas o renales, mala circulación en piernas, pies, y mayores tasas de infecciones y úlceras, que se vuelven más comunes. Este aumento de las complicaciones puede detonar amputaciones.

Los fumadores también tienen más riesgo de desarrollar retinopatía, lo que podría conducir a la ceguera total. Un aumento del riesgo de desarrollar neuropatía periférica también se ha demostrado en las personas que fuman; causando entumecimiento, dolor y debilidad en las piernas y los brazos.

Ya sabemos que fumar es perjudicial para su salud. Sin embargo, cuando se trata de fumar con diabetes, sus riesgos de complicaciones pueden ser mayores. Un estudio demostró que la nicotina aumentaba los niveles de glucosa en la sangre hasta un 34 por ciento.

Si usted quiere dejar de fumar, pero no puede hacerlo "de golpe", hable con su médico especialista para que le sugiera ayuda adecuada o algún tipo de tratamiento contra el hábito de fumar.

Con información de **Diabetes Care**