DIABETES MELLITUS 2

Concepto

- enfermedad crónica
  - degeneativa
    - puede provocar
      - invalidez fisica
      - cetoacidosis
        - coma hipermoñar
          - retinopatias
          - neuropatias
            - cardiopatias
              - enfermedades
                - cerebrovasculares
  - incurable
    - pero controlable
      - Valores
        - en ayunas
          - 70 100 mg dl
        - postpandriañ
          - 140 mg dl
- alto porcentaje
  - morbilidad y
    - mortalidad
      - mundial mente
- sindrome heterogéneo
  - por interacción
    - genético
    - ambiental
  - caracterizado
    - por hipoglucemia cronica
      - por deficiencia
        - en secreción de
          - insulina

Factores de riesgo

- Estadisticas
  - 4 millones de muertes
    - por la misma
  - prevalecia
    - en el mundo
      - de 5.1 %
- sobrepeso y obesidad
  - mayor de 45 años
    - antecedentes familiares
      - etnia
        - hispana
          - afroamenrica
            - estadounidense
      - Hipertensión
        - Nivel bajo de HDL
          - haber tenido
            - diabetes gestacional
            - depresión
              - estrés
- resistencia
  - a insulina
    - personas con
      - dislipidemias
        - HDL 40
          - trigliceridos
            - más 250

Signos y sintomas

- Aumento de sed
  - Puliuria
    - Apnea
      - Fatiga
        - infecciones
          - frecuentes
      - Visión borrosa
        - mala
          - cicatrización
- detección
  - 20 años +
    - o pubertad si p
      - padece obesidad
        - con
          - medidor de
            - glucosa
    - mediante
      - tamizaje
        - de glucosa

Patologia

- Tipos
  - DM1
    - por
      - destrucción de
        - células beta
          - residiendo insulina
  - DM2
    - causal
      - intolerancia a la
        - glucosa
  - DG
    - transicional
      - pueden
        - requerir
          - insulina

Prevención

- Orientación y educación
  - adecuada
    - Cambios en estilo
      - de vida
        - Como
          - Comer saludable
            - alimentos
              - ricos en
                - fibra
                - vitaminas
                - minerales
              - con cantidad
                - de macro
                - nutrientes
            - variado
              - equilibrado
                - suficiente
          - Actividad fisica
            - mínimo 30 min
              - al día
                - resultados
                - en condición
                - en sistema
                - inmunologico
                - general
          - Imc saludable
            - imc no mas de 24.9
              - bajar de peso
                - en caso de sobrepeso
                - guia. con
                - especialista
- Niveles
  - Primaria
    - Objetivo
      - evitar inico a
        - enfermedad
          - Estrategias
            - población
              - general
                - enseñar
                - educar
                - orientar
            - población
              - con factores
    - antes de
      - padecer
        - signos
  - Secundaria
    - a pacientes
      - confirmados
        - Objetivo
          - evitar
            - comolicacion
            - enfermedades
              - subyacentes
    - participación
      - profesional
        - medicamento
        - nutricional
          - cambiando
            - hábitos
              - obligatorios
  - Terciaria
    - pacientes ya
      - confirmados
        - retrasar
          - complicaciones
    - junto
      - control de peso
        - estilo de hábitos
          - actividad fisica
            - alimentación

Tratamiento

- Diagnostico
  - Cuando
    - Glucosa en ayuno
      - mayor de 100 mg dl
    - glucemia plasmatica
      - 126 mg dl
        - confirmar
          - más de 3 veces
- Propósito
  - Aliviar síntomas
    - mantener control
      - metabólico
        - junto p
          - programa
            - terapéutico
  - Prevenir
    - complicaciones
      - agudas
        - mejorar
          - calidad de
            - vida
      - cronicas
- Nutricional
  - Reducir sobre ingesta
    - calorica
      - bajar hidratos
        - simples
          - como
            - harinas
              - galletas
              - pastas
        - evitar
          - alcohoñ
            - tabaco
              - drogas
      - reducción
        - de peso
          - 5 a 10 %
            - Imc saludable
  - Agregar
    - hidratos.complejos
      - fibra
        - verduras
          - fruitas de bajo i
            - indice glucemico
    - considerar
      - picos glucemicos
        - preferencias
          - habitos
        - monitoreo
          - de glucosa