

**Nombre del alumno: Pérez Girón Kevin**

**Nombre del profesor: Daniela Rodríguez**

**Nombre del trabajo: Mapa Mental**

**Materia: Educación En Nutrición**

**Grado: 4°**

**Licenciatura: Nutrición**



Comitán De Domínguez Chiapas A 25 De Septiembre Del 2020.

# DIABETES



## Alimentación

- Verduras
- Frutas
- Proteínas
- Cereales
- Aceite de oliva

## Complicaciones

- Renales
- Vasculares
- Cardiacas
- Inmunológicas
- Pie diabético



## Síntomas

- Polidipsia
- Poliuria
- Polifagia
- Pérdida de peso



## Clasificación

- Diabetes mellitus tipo 1
- Diabetes mellitus tipo 2
- Diabetes mellitus estacional
- Otros tipos específicos de diabetes.

## Causas

- Producción baja de glóbulos rojos
- Falta de hierro
- Pocas vitaminas (B12)
- Perdida alta de glóbulos rojos
- Adquiridas/Hereditarias
- Enfermedades crónicas

## Anemia

## Síntomas

- Fatiga
- Debilidad
- Piel pálida
- Dificultad para respirar
- Mareos
- Dolor de cabeza

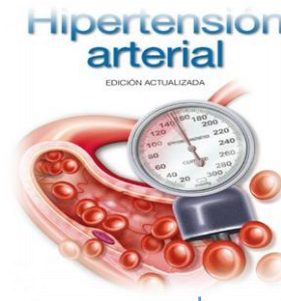


## Alimentación

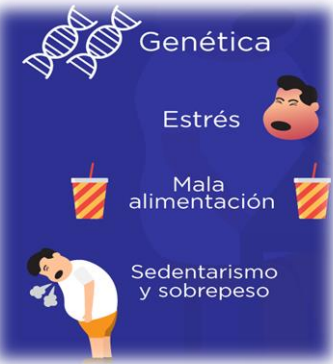
- Comer alimentos ricos en hierro
- Combinar cereales, pan y legumbres con lácteos o huevo
- Comer frutas ricas en vitamina C
- Consumir verduras
- Consumir vitaminas B12



## Alimentación En Enfermedades



## Causas



## Prevención

- Alimentación con bajo contenido de sodio
- Evitar el tabaco
- Realizar ejercicio



## ALIMENTOS PARA LA HIPERTENSIÓN



## Bibliografía

- Anonimo. (11 de 2016). *Niddk*. Obtenido de <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/informacion-general/nutricion-alimentacion-actividad-fisica>
- Anonimo. (14 de 12 de 2019). *Mayo Clinic*. Obtenido de <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/anemia/symptoms-causes/syc-20351360>
- Anonimo. (25 de 9 de 2020). *Wiki Cardio*. Obtenido de [http://www.wikicardio.org.ar/wiki/Hipertensi%C3%B3n?gclid=EAlaIqobChMIpbXalv2F7AIVhIbACh3QpwFBEEAYASAAEgJV9\\_D\\_BwE#TRATAMIENTO:](http://www.wikicardio.org.ar/wiki/Hipertensi%C3%B3n?gclid=EAlaIqobChMIpbXalv2F7AIVhIbACh3QpwFBEEAYASAAEgJV9_D_BwE#TRATAMIENTO:)
- UDS. (2020). Fisiopatología del sistema eritrocitario. *Antología De Fisiopatología*, 19-37.