



**Nombre del alumno: Olaguez Ramírez Brenda Leticia**

**Nombre del profesor: Méndez Guillén Daniela Monserrat**

**Nombre del trabajo: Diabetes e hipertensión**

**Materia: Nutrición en obesidad y síndrome metabólico**

**Grado: 6° A**

**Grupo: LNU**

Comitán de Domínguez Chiapas a 07 de Junio de 2022.

DIABETES

Tipos

D.M. I

Subtipos

- D.M.I Autoinmune
- D.M.I Idiopática

- Destrucción de células B.
- Predisposición genética

Características

- Resistencia insulínica
- Insulinodependencia

Síntomas

- Polifagia
- Poliuria
- Polidipsia
- Pérdida de peso

D.M. II

Características

- Resistencia insulínica
- Deficiencia de insulina
- No insulinodependencia

Causas

- Factores genéticos
- Factores ambientales

Sobrepeso y obesidad

Sobrealimentación

- Lípidos
- Carbohidratos

Diabetes gestacional

Características

- Aparece en el embarazo
- Producción de diabetógenos

- Lactógeno placentario
- Estrógenos
- Progesterona

Otros tipos de diabetes

Neonatal

HbA1c

- Normal < 5.7%
- Prediabetes 5.7 – 6.4 %
- Diabetes > 6.5 %

Glucosa plasmática en ayunas

- Normal < 100 mg/dl
- Prediabetes 100 – 125 mg/dl
- Diabetes > 126 mg/dl

Prueba de tolerancia a la glucosa

- Normal < 140 mg/dl
- Prediabetes 140 – 199 mg/dl
- Diabetes > 200 mg/dl

Prueba aleatoria de glucosa plasmática

Diabetes

- > 200 mg/dl

Diagnóstico

ADA

# DIABETES

## Tratamiento nutricional

Hidratos de carbono

{ Complejos

Pan integral  
Arroz integral  
Pasta integral  
Frutas bajo IG  
Verduras

{ 25 – 30 g/día

Proteínas

{ Magras

Fibra  
Pavo  
Res  
Pollo  
Cerdo  
Pescado

Lípidos

{ Insaturados

Aguacate  
Aceites vegetales  
Aceitunas  
Frutos secos

## Complicaciones

Riesgos cardiovasculares

Factores protombóticos

Dislipidemias

{ Aumento de TG  
Aumento de LDL  
Disminución HDL

Características

{ PAS  $\geq$  140 mmHg  
PAD  $\geq$  90 mmHg

Consecuencias

{ Accidente cerebrovascular  
Insuficiencia cardiaca  
Cardiopatía coronaria

Hipertensión arterial

Causas

{ Causas exógenas { Fármacos  
Causas renales { Estenosis arterial  
Nefropatías parenquimatosas  
Causas suprarrenales { Feocromocitoma  
Hiperaldosteronismo  
Causas biológicas { Síndrome de apnea  
Hipotiroidismo

# BIBLIOGRAFÍA

UDS. (Mayo-Agosto 2022). *Antología nutrición en obesidad y síndrome metabólico*. México.

Obtenido de

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/e42678169e6c5d04a49ee00429760bcd-LC-LNU601.pdf>