



Nombre del Alumno: Magdiely Martínez Alvarado

Nombre del tema: Epidemiología y prevención de la obesidad

Parcial: 4

Nombre de la Materia: Salud Publica

Nombre del profesor: Doc. Del solar Villarreal Guillermo

Nombre de la Licenciatura: Medicina Humana

Grado: 1 grupo: A

Fecha: 05 de enero del 2023

INTRODUCCION

El equilibrio entre la ingestión de calorías y las calorías que se pierden es diferente en cada persona. Entre los factores que pueden afectar su peso se incluyen la constitución genética, el exceso de comida, el consumo de alimentos ricos en grasas y la falta de actividad física.

¿QUÉ ES LA DIABETES?

La diabetes es una enfermedad caracterizada por una elevación de los niveles de glucosa en sangre, que puede ser causada por:

- Alteraciones en la secreción de insulina
- Alteraciones en la acción de la insulina
- Ambas

Tipo de Diabetes Mellitus (DM)

Tipo 1

Se produce por un déficit de secreción de insulina

Tipo 2

Producida por una alteración en la secreción de insulina y/o resistencia a su actuación en la célula

Gestacional

Aparece en el embarazo



Factores de riesgo de la DM Tipo 2



Poca actividad física



Sobrepeso y obesidad

Alimentación poco saludable



Antecedentes familiares



Las personas con diabetes a cualquier edad, tienen más riesgo de desarrollar complicaciones por la gripe y la COVID-19, es importante estar correctamente vacunadas.

Un estilo de vida saludable podría prevenir más de un

50%
diabetes tipo 2



PREVENCIÓN Y ABORDAJE DE LA DIABETES ¡AHORA ES EL MOMENTO!

Abordaje de la Diabetes

Quizás tenga diabetes tipo 2 y no lo sepa. Consulte con su equipo sanitario si tiene:

- Sobrepeso u obesidad
- Familiar en primer grado con diabetes
- Antecedentes de enfermedad cardiovascular
- Antecedentes de Diabetes Gestacional
- Hipertensión arterial
- Ovarios poliquísticos
- Colesterol o Triglicéridos alterados
- Inactividad física
- Más de 45 años

Educación diabetológica en otros temas:

- Complicaciones agudas (poca o mucha glucosa en sangre)
- Preparación de un embarazo
- Manejo de la diabetes en los viajes
- Manejo de la diabetes cuando aparecen otras enfermedades
- Complicaciones crónicas que incluye el autocuidado de los pies y las revisiones periódicas de la vista y del riñón



Ruta de diabetes (para diabetes tipo 2)

Se están diseñando unas **Rutas Asistenciales coordinadas entre atención Primaria y Especializada** que abarcan desde el diagnóstico con la CONSULTA CERO, el seguimiento y la evolución a lo largo de su vida.

Educación terapéutica en Diabetes

La educación debe incluir 4 temas básicos para conseguir un buen control y prevenir complicaciones.



Tratamiento

- INSULINA inyectada.
- DIETA SALUDABLE
- ACTIVIDAD FÍSICA
- FARMACOS ORALES en ocasiones.



CONCLUSION

Las personas con sobrepeso tienen una mayor probabilidad de padecer diversos problemas médicos como diabetes, asma, hipertensión y enfermedades cardiovasculares