

## OBJETIVO

1

Esta Norma Oficial Mexicana tiene por objeto establecer los procedimientos para la prevención, tratamiento, control de la diabetes y la prevención médica de sus complicaciones.

## DIABETES TIPO 2

3

Es la forma más común de diabetes. La prevención de la diabetes mellitus se realiza en tres niveles: primaria, secundaria y terciaria.

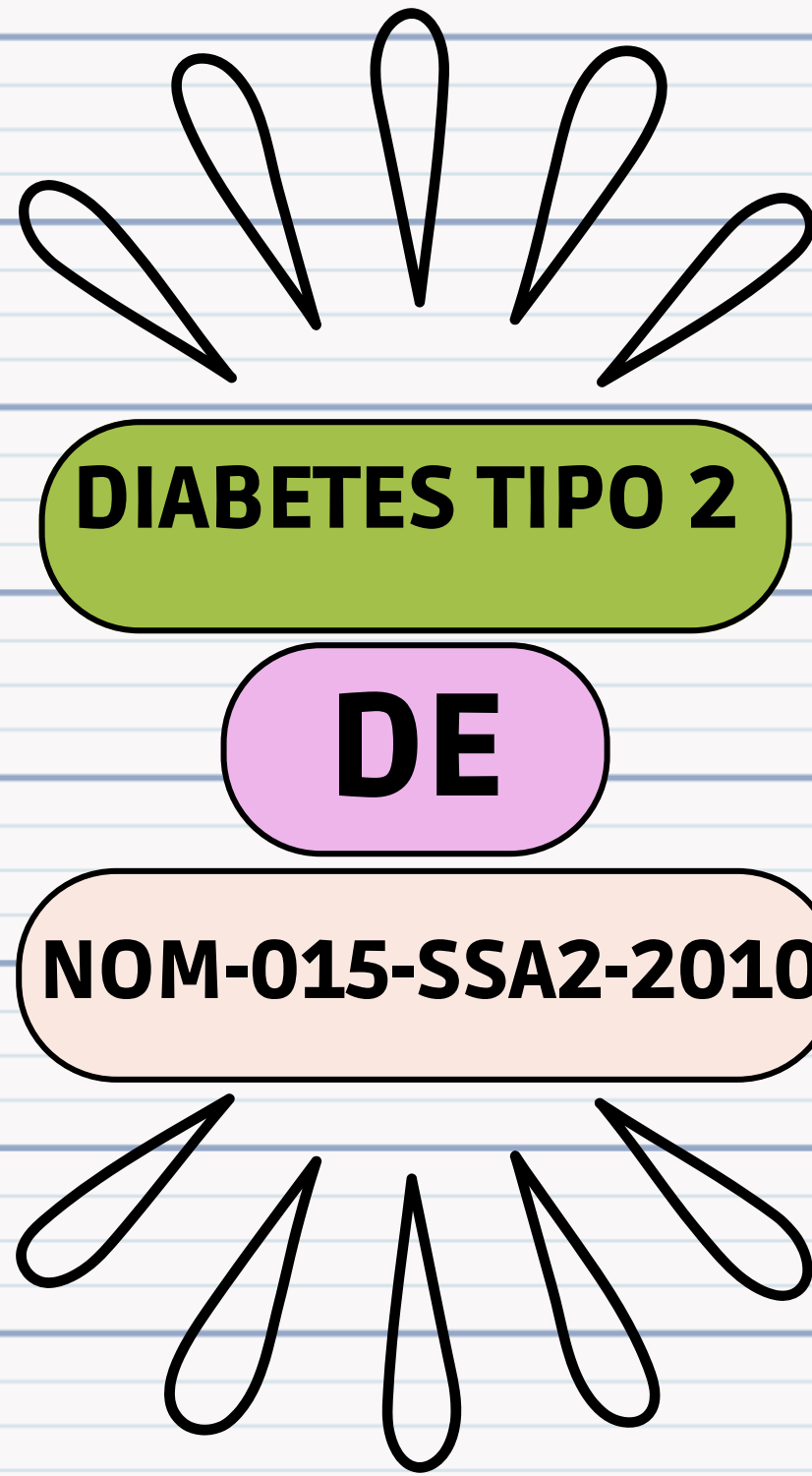
## PREVENCIÓN

4

La prevención de la diabetes y sus complicaciones implica un conjunto de acciones adoptadas para evitar su aparición o progresión.

5

La prevención es un pilar que debe evitar la aparición de la enfermedad, el desarrollo de las complicaciones agudas y crónicas. Los factores de riesgo son: sobrepeso y obesidad, sedentarismo, familiares de primer grado con diabetes, >45



2

## DIABETES

Diabetes, a la enfermedad sistémica, crónico-degenerativa, de carácter heterogéneo, con grados variables de predisposición hereditaria y con participación de diversos factores ambientales, y que se caracteriza por hiperglucemia crónica debido a la deficiencia en la producción o acción de la insulina, lo que afecta al metabolismo intermedio de los hidratos de carbono, proteínas y grasas.

## PREVENCIÓN

6

- Prevención primaria  
Tiene como objetivo evitar el inicio de la enfermedad.
- Prevención secundaria.  
Estará encaminada a pacientes ya confirmados con diabetes mellitus y cuyos objetivos son evitar la aparición de complicaciones agudas, y evitar o retrasar las complicaciones crónicas.

## PREVENCIÓN

7

- Prevención Terciaria  
Estará dirigida a pacientes que presentan complicaciones crónicas y tiene como objetivo evitar la discapacidad por insuficiencia renal, ceguera, pie diabético y evitar la mortalidad temprana por enfermedad cardiovascular.

# HAS NOM-030-SSA2-2009

## CLASIFICACIÓN ETIOLÓGICA

- Primaria o Esencial: Se presenta en la mayor parte de los casos, no hay una causa orgánica identificable
- Secundaria: Se identifica una causa orgánica.

## DIAGNOSTICO

- El paciente con sospecha de HAS en el examen de detección deberá acudir a confirmación diagnóstica sin medicación antihipertensiva y sin cursar alguna enfermedad aguda.
- El diagnóstico se basa en el promedio de por lo menos tres mediciones realizadas en intervalos de tres a cinco minutos dos semanas después de la detección inicial.

## HAS

ØEsta Norma Oficial Mexicana tiene por objetivo establecer los procedimientos para la prevención, detección, diagnóstico, tratamiento y seguimiento del paciente, para el control de la hipertensión arterial sistémica y con ello evitar sus complicaciones a largo plazo.

## PREVENCIÓN

ØLos factores modificables que ayudan a evitar la aparición de la enfermedad son: el control de peso, la actividad física practicada de manera regular; la reducción del consumo de alcohol y de sal, la ingestión adecuada de potasio y una alimentación equilibrada.

## SIGNOS Y SÍNTOMAS

Algunas personas presentan dolor de cabeza, visión borrosa, mareo, zumbido de oídos, nerviosismo y cansancio. En otros la elevación de la presión arterial no produce síntomas, pero sí aumenta el trabajo del corazón, lo debilita al paso del tiempo y aumenta el riesgo de alguna complicación.

## FACTORES DE RIESGO

- Hombre >55 años
- Mujer > 65 años
- Tabaquismo
- Dislipidemias
- Historia familiar la enfermedad
- Estrés
- Vida sedentaria
- Consumo alto de sal
- Alcoholismo
- Diabetes mellitus
- Embarazo y puerperio\*