



**Mi Universidad**

**Infografía**

*Nombre del Alumno: Mariam de los ángeles Martínez Villagrán*

*Nombre del tema: aterosclerosis*

*Parcial: 3*

*Nombre de la Materia: enfermedades cardiovasculares*

*Nombre del profesor: Italia Yamilet Hernández Figueroa*

*Nombre de la Licenciatura: nutrición*

*Cuatrimestre: 6to*

*Lugar y fecha: Tapachula Chiapas 08/07/23*



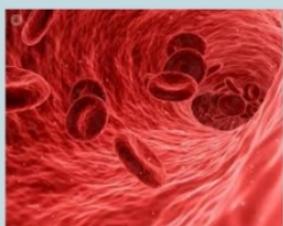
# Ateroescclerosis

Elaborado por: mariam Martinez Villagrán

## ¿Que es?

Es la acumulación de grasas y colesterol, y otras sustancias dentro de las arterias y en sus paredes. Esta acumulación se llama placa. La placa puede provocar el estrechamiento de las arterias y el bloqueo del flujo sanguíneo, también puede reventarse y formar un coágulo de sangre.

Si bien la ateroescclerosis a menudo se considera un problema cardíaco, puede afectar a cualquier arteria del cuerpo, esta afección se puede tratar y los hábitos de un estilo de vida saludable puede ayudar a prevenirla.



## ¿Cuáles son sus síntomas?

Por lo general la ateroescclerosis leve no tiene ningún síntoma, los síntomas de la ateroescclerosis no suelen aparecer hasta que una arteria se estrecha o se obstruye tanto que no puede suministrar suficiente sangre a los órganos y a los tejidos. El coágulo puede desencadenar un ataque cardíaco o accidente cerebrovascular.



## causas

- Presión arterial alta
- colesterol alto
- Diabetes
- resistencia a la insulina
- obesidad
- Alcohol y tabaco
- enfermedades como artritis, lupus o enfermedad intestinal

## factores de riesgo

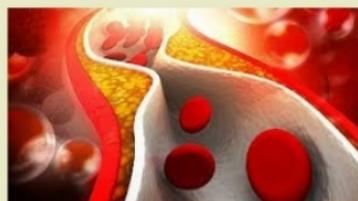
- Alimentación poco saludable
- antecedentes familiares
- Diabetes, obesidad
- falta de ejercicio
- Apnea del sueño
- Presión arterial
- Colesterol



## complicaciones

Las complicaciones dependen de las arterias que están bloqueadas o estrechas por ejemplo:

- Enfermedad de las arterias coronarias
- Enfermedad de la arteria carótida
- enfermedad arterial periférica
- Aneurismas
- Enfermedad renal crónica



## prevención

Estos cambios en el estilo de vida pueden ayudar a mantener las arterias sanas:

- Dejar de fumar
- Consumir alimentos saludables
- Controlar y mantener su presión arterial sana
- Controlar los niveles de glucosa y colesterol
- hacer ejercicio de forma regular



## Conclusión

En conclusión la aterosclerosis es una enfermedad sistémica, lentamente progresiva que, aunque afecta a diferentes territorios y tiene distintas formas de presentación, tiene una misma causa, unos mismos factores de riesgo, una misma aproximación diagnóstica y un mismo tratamiento. La aterosclerosis es la principal desencadenante de diversas enfermedades cardiovasculares, causando la muerte de personas a nivel mundial, esto se debe a la formación de una placa que se adhiere a los vasos sanguíneos volviéndose más estrechos tapándolos, prohibiendo el paso de la sangre, formando coágulos de sangre evitando así que se de con normalidad la circulación.