



Hellen Gissele Camposeco Pinto.

Dr. Jesús Eduardo Cruz Domínguez.

Infografía

Medicina del trabajo

PASIÓN POR EDUCAR

5“A”

Comitán de Domínguez Chiapas a 21 de abril de 2024.

DIABETES

TIPO 2

¿QUÉ ES?

LOS NIVELES DE GLUCOSA EN LA SANGRE SON DEMASIADO ALTOS.
-SI TIENE DIABETES, EL CUERPO NO PRODUCE SUFICIENTE INSULINA O NO LA USA BIEN



¿QUIÉNES TIENEN RIESGO DE TENER DIABETES TIPO 2?

- ANTECEDENTES FAMILIARES DE DIABETES
- TIENE OTRAS AFECCIONES, COMO PRESIÓN ARTERIAL ALTA, ENFERMEDAD CARDÍACA, ACCIDENTE CEREBROVASCULAR, SÍNDROME DE OVARIO POLIQUÍSTICO O DEPRESIÓN
- ACANTOSIS NIGRICANS
- TUVO DIABETES DURANTE EL EMBARAZO O DIO A LUZ A UN BEBÉ QUE PESABA 9 LIBRAS O MÁS



¿CÓMO SE DIAGNOSTICA LA DIABETES TIPO 2?

- PRUEBA DE A1C: MIDE SU NIVEL PROMEDIO DE AZÚCAR EN SANGRE DURANTE LOS ÚLTIMOS 3 MESES
- PRUEBA DE GLUCOSA PLASMÁTICA EN AYUNAS
- PRUEBA ALEATORIA DE GLUCOSA EN PLASMA



¿CUÁLES SON LOS TRATAMIENTOS PARA LA DIABETES TIPO 2?

- UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE INCLUYE SEGUIR UN PLAN DE ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA CON REGULARIDAD.
- CONTROLAR SU NIVEL DE AZÚCAR EN SANGRE CON REGULARIDAD.
- TAMBIÉN ES IMPORTANTE MANTENER LA PRESIÓN ARTERIAL Y SUS NIVELES DE COLESTEROL EN EL RANGO ESTABLECIDO
- FÁRMACOS: METFORMINA, INHIBIDORES SGLT2, INHIBIDORES DPP-4

¿QUÉ CAUSA LA DIABETES TIPO 2?

- TENER SOBREPESO U OBESIDAD
- NO HACER ACTIVIDAD FÍSICA
- GENÉTICA E HISTORIA FAMILIAR



¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA DIABETES TIPO 2?

- AUMENTO DE LA SED Y LA MICCIÓN
- AUMENTO DEL HAMBRE
- SENSACIÓN DE CANSANCIO
- VISIÓN BORROSA
- ENTUMECIMIENTO U HORMIGUEO EN LOS PIES O LAS MANOS
- LLAGAS QUE NO CICATRIZAN
- PÉRDIDA DE PESO SIN CAUSA APARENTE



¿PREVENCIÓN DE DIABETES TIPO 2?

DIETA SALUDABLE
ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR
MANTENER UN PESO CORPORAL NORMAL
EVITAR EL CONSUMO DE TABACO

