



Mi Universidad

Infografías.

María Fernanda Morales Vázquez.

Tercer parcial

Salud pública II

Dra. Dulce Melissa Meza López.

Licenciatura en Medicina Humana

Segundo semestre, grupo C

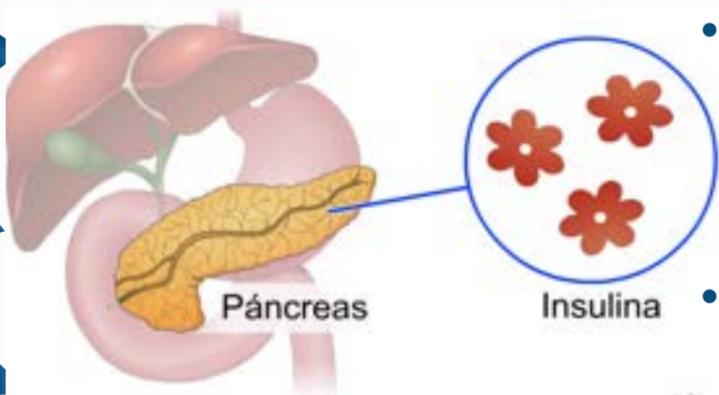
Comitán de Domínguez, Chiapas a 27 de mayo de 2025.

DIABETES

ENFERMEDAD CRONICA CARACTERIZADA POR NIVELES ELEVADOS DE GLUCOSA (AZUCAR) EN LA SANGRE, AFECTANDO 1 DE CADA 5 ADULTOS EN UNA EDAD DE 20 A 50 AÑOS.

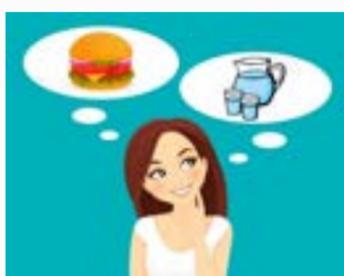
SUCEDE CUANDO?

- El páncreas no produce insulina (diabetes tipo 1), la que no produce no es suficiente o bien, la insulina no se utiliza de manera eficaz (diabetes tipo 2)
- la insulina es una hormona que el cuerpo necesita para transformar la glucosa en energía.



SINTOMAS

- Constantes ganas de orinar
- Perdida de peso
- Falta de energía
- Sed y hambre constante



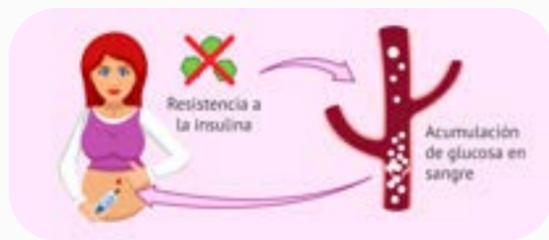
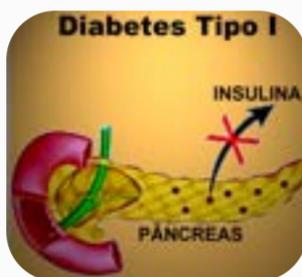
FACTORES DE RIESGO

- Factores genéticos
- Sedentarismo
- Dieta no saludable
- Sobre peso u obesidad



¡TIPOS DE DIABETES!

- Diabetes tipo 1: Afecta a cualquier rango de edad
- Diabetes tipo 2: Mayor prevalencia a personas mayores de 40 años.
- Diabetes gestacional: Se desarrolla durante el embarazo, alrededor de la semana 24.



¡VALORES NORMALES!



rubro de edades	en ayunas	2 horas después de consumir algún alimento
Adolescentes	90-130 mg/dL	máxima 180 mg/dL
adultos	90-100 mg/dL	Maxima 150 mg/dL
adultos mayores	80-110 mg/dL	maxima 160 mg/dL

PREVENCIÓN

- 30 minutos de actividad física diaria puede reducir en un 40% el riesgo de desarrollar diabetes tipo 2.
- Disminución de la ingesta de azúcares refinados, grasas saturadas.
- chequeos continuos.



HIPERTENSIÓN ARTERIAL SISTÉMICA

- presión o tensión arterial elevada, uno de los principales factores de riesgo de padecer enfermedad cardiovascular, cerebrovascular y falla renal.

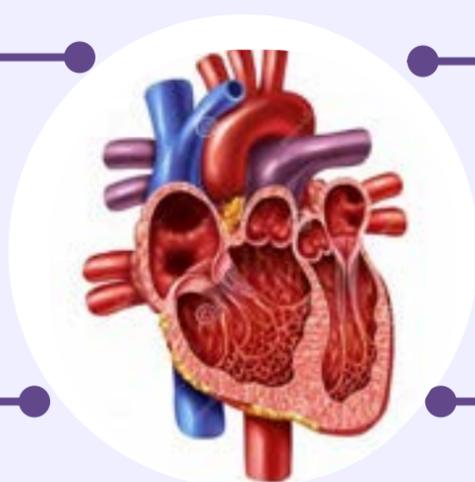
¿QUÉ ES LA PRESIÓN ARTERIAL SISTÉMICA?

CARACTERIZADA POR...

- Aumento sostenido de la presión arterial, fuerza que la sangre ejerce contra paredes de las arterias

PRESION ARTERIAL

- 9.4 millones de muertes en el mundo.
- 42% desconoce que la padecen.
- 67% tienen antecedentes familiares.
- 30% de los mexicanos tienen hipertensión.



"CONOCÉ Y CONTROLÁ TU PRESIÓN ARTERIAL."

PREVALENCIA

- Afecta 1 de cada 3 personas adultas,.
- 30 a 70 años es del 35.4%

RUBRO DE EDADES.

- a partir de 50 años, aunque se puede presentar en adultos jóvenes en niños.

FACTORES DE RIESGO

MODIFICABLES.

- Tabaquismo y exposición pasiva al humo de tabaco.
- Diabetes
- Obesidad
- Sobrepeso
- Colesterol alto
- Dieta no saludable, alta en sodio.
- Consumo excesiva de alcohol.
- Falta de actividad física

NO MODIFICABLES.

- Antecedentes familiares de hipertensión.
- Raza/etnia.
- Envejecimiento
- Sexo masculino
- Enfermedades renales crónicas
- Apnea obstructiva del sueño.

SÍNTOMAS

DESMAYOS.

DOLOR DE CABEZA (CEFALEA)

FATIGA

NAUSEAS

ARRITMIAS

MAREOS

PREVENCIÓN

REALIZAR EJERCICIO FISICO

DEJAR DE FUMAR

ALIMENTACION SALUDABLE

DISMINUIR EL CONSUMO DE SAL Y TABACO

DISMINUIR EL ESTRES.

REFERENCIA BIBLIOGRAFICA HIPERTENSIÓN.

1. Williams, B., Mancia, G., Spiering, W., Rosei, E. A., Azizi, M., Burnier, M., et al. (2018). 2018 ESC/ESH Guidelines for the management of arterial hipertensión. *Europea Heart Journal*, 39(33), 3021–3104. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehy339>
2. Ordóñez, P., Martínez, R., Niebylski, M. L., Campbell, N. R. C., Hennis, A. J., & Lombardi, C. (2020). *Guías prácticas de la Sociedad Interamericana de Cardiología para el manejo de la hipertensión arterial 2020*. *Revista Interamericana de Cardiología*, 41(2), 89–108. <https://doi.org/10.37661/rinc.v41i2.573>

REFERENCIA BIBLIOGRAFICA DIABETES MELLITUS.

1. Secretaría de Salud. (2016). *Guía de práctica clínica: Diagnóstico y tratamiento de la diabetes mellitus tipo 2 en el primer nivel de atención* (GPC IMSS-662-16). Centro Nacional de Excelencia Tecnológica en Salud (CENETEC). <http://www.cenetec-difusion.com/CMGPC.htm>
2. Organización Panamericana de la Salud. (2021). *Manejo de la diabetes tipo 2 en el primer nivel de atención*. Organización Mundial de la Salud. <https://iris.paho.org/handle/10665.2/54312>