

UDS

MI UNIVERSIDAD

INFOGRAFÍA

DM y HAS

Glendy Alicia López Pinto

Segundo Semestre

Salud Pública II

Dra. Dulce Melissa Meza López

Medicina Humana

Grupo "C"

201.

Comilán de Domínguez
Chiapas a 27/mayo/26

DIABETES MELLITUS

¿Que es la diabetes?

NIVELES DE AZÚCAR ELEVADOS (GLUCOSA)

Enfermedad en que estos niveles son mas elevados de lo normal

pancreas no produce insulina

La que produce no es suficiente o no se utiliza de manera eficaz.

¿QUE ES LA INSULINA?

Hormona que el cuerpo necesita para transformar la glucosa en energía



tipos de diabetes:

• DIABETES DE TIPO 1

El cuerpo no produce suficiente insulina

• DIABETES DE TIPO 2

El cuerpo produce insulina pero no la utiliza apropiadamente

• DIABETES GESTACIONAL

El cuerpo no produce suficiente insulina



complicaciones

- Lesión en ojos
- Enfermedades cardiovasculares



síntomas

- Pérdida de peso
- Falta de energía
- Necesidad de orinar frecuente
- Sed y hambre constante

Factores de riesgo

- Genética
- Sedentarismo
- Dieta no saludable
- Sobrepeso u obesidad



Prevención

Disminuir la ingesta de azúcares refinados y grasas saturadas

Actividad física diaria

Aumento en el consumo de fibra



GLENDY ALICIA LÓPEZ PINTO

HIPERTENSIÓN ARTERIAL SISTÉMICA

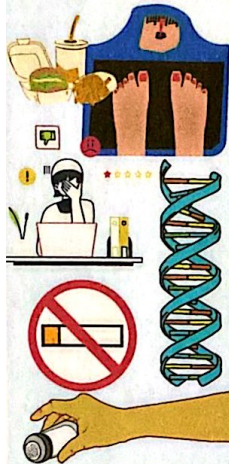
Tensión arterial normal: sistólica 120 mmHg / diastólica 80 mmHg

Hipertensión: sistólica 0 más 140 mmHg / diastólica 0 más 90 mmHg



¿Qué es?

Cuando los vasos sanguíneos tienen una continua tensión alta al llevar la sangre desde el corazón a todo el cuerpo



Factores de riesgo

- Sobrepeso
- Mala alimentación
- Cigarro
- Estrés
- Exceso de sal
- Sedentarismo
- Genética
- Alcohol

consecuencias

Si no se controla a tiempo...

- Infarto al miocardio
- Insuficiencia cardíaca
- Accidentes cardiovasculares
- Ceguera
- Insuficiencia renal

Síntomas

Esta enfermedad no siempre viene acompañada de signos y síntomas, por esta razón se dice que mata silenciosamente



importante

Medir la tensión periódicamente

- Cefaleas
- Hemorragias nasales
- Ritmo cardíaco irregular
- Alteraciones y acúfenos



Prevención

NO TABACO



MEDIR LA TENSIÓN ARTERIAL



REDUCIR INGESTA DE SAL



DIETA SALUDABLE



Glendy Alicia López Pinto