



PASIÓN POR EDUCAR

Alessandro Leonel López García
Dra. Dulce Melissa Meza López
Infografías de DM y HAS
Salud Pública
2-C

Comitán de Domínguez Chiapas a 26 de mayo de 2025.

204.

Hipertensión Arterial Sistémica



01. ¿QUÉ ES?

Es una condición médica en la que la presión arterial es elevada de manera crónica, lo que puede causar daño a los órganos y aumentar el riesgo de enfermedades cardiovasculares.



02. Causas

1. Factores genéticos: puede ser hereditaria.
2. Estilo de vida: el sedentarismo, la obesidad, el consumo excesivo de sal y alcohol pueden contribuir a la hipertensión.
3. Enfermedades subyacentes: la enfermedad renal crónica, pueden causar hipertensión

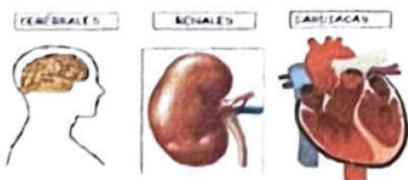
03. Síntomas

- La hipertensión arterial sistémica puede no presentar síntomas en sus etapas iniciales.
- En etapas avanzadas, puede causar:
 1. Dolor de cabeza
 2. Mareos
 3. Visión borrosa
 4. Fatiga: la fatiga



04. Complicaciones

1. Enfermedad cardiovascular.
2. Insuficiencia cardíaca.
3. Enfermedad renal crónica.
4. Accidente cerebrovascular.



05. Tratamiento

1. Cambios en el estilo de vida: los cambios en el estilo de vida, como la pérdida de peso, el ejercicio regular y la reducción del consumo de sal, pueden ayudar a controlar la hipertensión.
2. Medicamentos: los medicamentos antihipertensivos pueden ser utilizados para tratar la hipertensión.



06. Prevención

1. Mantener un peso saludable.
2. Realizar ejercicio regular.
3. Seguir una dieta saludable baja en sal y rica en frutas y verduras.



Referencias

Presión arterial alta (hipertensión) - Symptoms & causes - Mayo Clinic. (2022, 28 febrero). Mayo Clinic. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/high-blood-pressure/symptoms-causes/syc-20373410>

DIABETES MELLITUS



¿QUÉ ES?

Es una enfermedad crónica que se caracteriza por niveles elevados de glucosa en la sangre debido a una deficiencia en la producción o utilización de insulina.

TIPOS

- Diabetes tipo 1: el cuerpo no produce suficiente insulina debido a la destrucción de las células beta del páncreas.
- Diabetes tipo 2: el cuerpo no utiliza la insulina de manera efectiva, lo que lleva a una resistencia a la insulina.
- Diabetes gestacional: se produce durante el embarazo debido a cambios hormonales y resistencia a la insulina.

Diabetes tipo 1



Diabetes tipo 2



Glucosa 0,8-4 Insulina Receptor de insulina

SINTOMAS

1. Sed excesiva.
2. Orina frecuente.
3. Fatiga.
4. Visión borrosa.
5. Pérdida de peso.



Sed excesiva



Pérdida o aumento de peso



Frecuencia de orinar



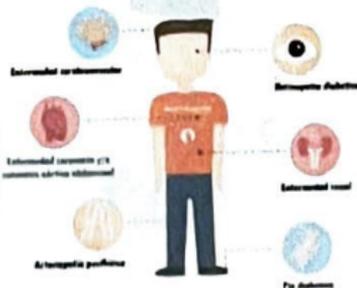
Cansancio excesivo



Visión borrosa

COMPLICACIONES

1. Enfermedades cardiovasculares
2. Nefropatía: daño renal.
3. Neuropatía: daño nervioso.
4. Retinopatía: daño ocular.



TRATAMIENTO

1. Usar insulina para tratar la diabetes tipo 1 y algunos casos de diabetes tipo 2.
2. Medicamentos orales: para tratar la diabetes tipo 2.
3. Dieta y ejercicio



PREVENCIÓN

1. Tener un peso saludable
2. Realizar ejercicio regular
3. Seguir una dieta saludable:



BIBLIOGRAFÍA:

Admin. (2022, 22 junio). Diabetes Mellitus: tipos, causas y complicaciones | Podología JVG. JVG Podología. <https://jvg-podologia.es/diabetes-mellitus-tipos-causas-y-complicaciones/>