Yahoni Cisneros Yepez

Infografías

Tercer parcial

Salud pública II

Dra. Dulce Melissa Meza López

Licenciatura en medicina humana

Segundo semestre, grupo C

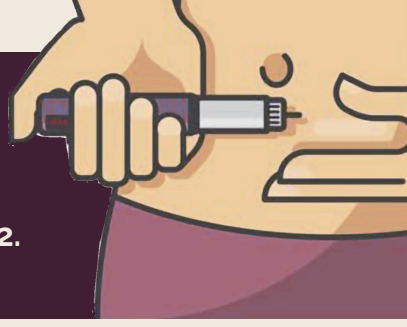
Comitán de Domínguez, Chiapas a 27 de mayo de 2025

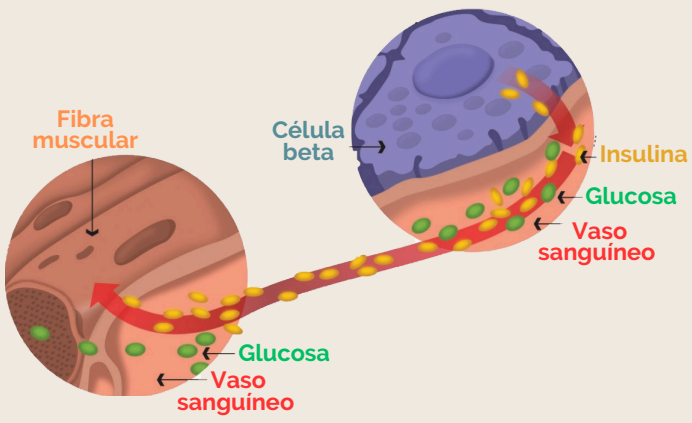
DIABETES MELLITUS

INCIDENCIA

90-95%

de casos de DM son del Tipo 2.
Del 5-10 % son de Tipo 1.





¿QUÉ ES?

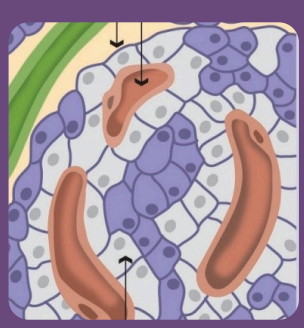
Demasiada glucosa en la sangre

La diabetes mellitus se caracteriza por una hiperglucemia debida a la alteracion enla acción de la insulina o la ausencia de esa hormona,que es producida en el páncreas para permitir la captación de glucosa por los tejidos que la utilizan de combustible

TIPOS DE DIABETES

TIPO 1

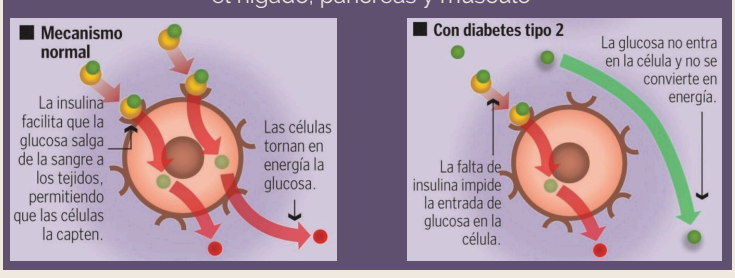
No se produce insulina por la destrucción de las células beta del páncreas por un ataque del propio organismo



Cels. beta destruidas

TIPO 2

El exceso del peso poduce una resistencia a la acción de la insulina y da lugar a alteraciones en el hígado, pancreas y musculo



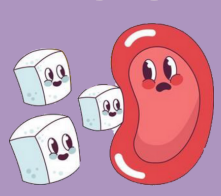
DIABETES GESTACIONAL

Aparece durante el embarazo y se asocia a un aumento de problemas en la madre y el bebé que se pueden evitarcon unbuen contol metabólico

OTROS TIPOS DE DIABETES

Diabetes MODY o secundarias a otras enfermedades o por uso de productos químicos o fármacos

DIAGNÓSTICO



2. Prediabetes

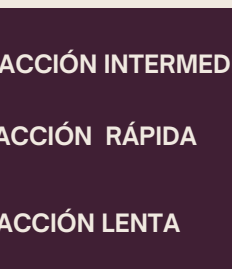
La detección ayuda a prevenir la aparición de diabetes con: control de peso, tensión arterial y colesterol, con ejercicio físico.

2. Sobrecarga oral de glucosa

Administración de una dosis oral de glucosa (75 g en 300 cc de agua) y la extracción de sangrea los 0 (basal) y en 120min. Un resultado de 200mg/dl de glucos a los 120min, el dx de diabetes definitivo

3. Glucemia en sangre

Si la analítica edo. de ayunas da un resultado ≥ 126 mg/dlen dos ocaciones, el dx es positivo



4. Paciente que presenta síntomas

Cuando existen determinados síntomas en un paciente: poliuria, polidipsia o pérdida de peso inexplicable, se realiza una glucemia en sangre. Si el resultado es > 200 mg/dl de glucosa en sangre, el dx es positivo

5. Test especificos para cada tipo:estudios de autoinmunidad y estudios genéticos

TRATAMIENTO

En la diabetes es fudamental la educación al paciente y familia para comprender mejor el mecanism de la efermedad, mejorar el control de glucemias, disminuir la aparición de complicaciones y adquirir ua serie de hábitos y habilidades

A. Nutrición

- La dieta debe ser equilibrada.
- Alrededor del 50% de la dieta debe ser hidratos de carbono.
- Evitar azúcares de absorción rápida.
- Se recomiendan dietas hipocalóricas para reducir peso.

B. Ejercicio físico

- Ayuda a perder peso.
- Mejora la eficacia de la insulina.
- Contribuye a reducir los niveles de glucosa.
- Previene y trata enfermedades cardiovasculares.

C. Antidiabéticos orales (ADO)

- Fármacos que actúan sobre alteraciones que causan diabetes mellitus.

MECANISMO DE ACCIÓN (ADO)

- Enlentecen la absorción de glucosa en el intestino (Acarbosa, Miglitol).
- Disminuyen la producción de glucosa en el hígado (Biguanidas, Glitazonas).
- Estimulan la liberación de insulina desde el páncreas (Sulfonilureas, Glínidas).
- Estimulan la liberación de insulina y bloquean el glucagón de forma glucosadependiente (Incretinmiméticos, Inhibidores de DPP-4).
- Mejoran la utilización de glucosa en músculo y tejido adiposo (Glitazonas).

INSULINAS

Su uso clínico depende de tres características principales:

- Inicio de acción
- Duración de acción
- Pico máximo de efecto

Estos parámetros pueden variar:

- Entre distintos individuos
- En una misma persona en diferentes momentos

SÍNTOMAS Y COMPLICACIONES

Afecta a la función de todos los órganos y sistemas del cuerpo

El exceso de glucosa es tóxico para el organismo y puede ocasionar complicaciones agudas (cetoacidosis diabética y descompensación hiperosmolar) y crónicas, de vasos pequeños (retina, riñón y daño nervioso) y de vasos grandes (cardiovasculares).

SÍNTOMAS

- Sed intensa
- pérdida de peso
- Polifagia (aumento anormal de la necesidad de comer)
- Poliuria (producción constante de orina)
- Debilitamiento muscular

COMPLICACIONES

- Ceguera
- Complicaciones cardiovasculares
- Hiperglucemia y cetosis: Elevación incontrolada de glucosa y cuerpos cetónicos por falta de insulina.
- Daño nervioso periférico: Falta de sensibilidad, hormigueo.
- Fallo renal: Puede requerir diálisis y trasplante.
- Daños microvasculares:
  - Amputaciones, como en el pie diabético.
  - Pérdida de sensibilidad en los pies.
  - Cortes e infecciones no percibidas que pueden llevar a gangrena y amputación.

Bombas de insulina

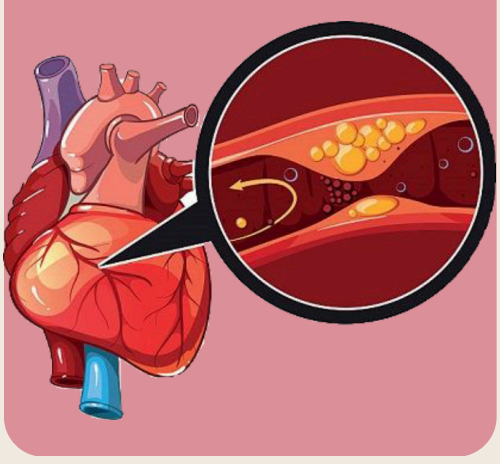
La dosis decidida por el paciente se introduce en el pequeño ordenador de la bomba, que inyecta la cantidad de insulina estimada.

HIPERTENSIÓN ARTERIAL

VALORES NORMALES
120/70 mmHg

HIPERTENSIÓN ARTERIAL
Superiores a: 140/90 mmHg

¿QUÉ ES?



La **presión arterial** es una medición de la fuerza ejercida contra las paredes de las arterias a medida que el corazón bombea sangre a través del cuerpo.

Hipertensión: ocurre cuando los vasos sanguíneos tienen una continua tensión alta, entre mas alta, mas esfuerzo hace el corazón en bombear

1 DE CADA **3** ADULTOS LA PADECEN

9.4% MILLONES DE MUERTES POR HIPERTENSIÓN EN EL MUNDO

30 % MILLONES DE MUERTES POR HIPERTENSIÓN EN EL MUNDO

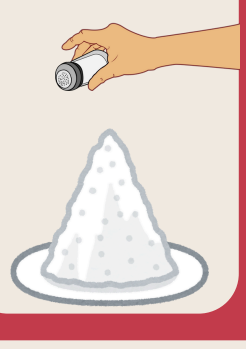
67 % TIENEN ANTECEDENTES FAMILIARES

FACTORES DE RIESGO

SOBREPESO

VIDA SEDENTARIA

EXCESO DE SAL



EXCESO DE ALCOHOL

FUMAR

MALA ALIMENTACIÓN

ESTRÉS

SÍNTOMAS

- Vértigos
- Dolor de cabeza
- Sangrado en la nariz
- Dolor en el pecho y palpitaciones rápidas del corazón
- Dificultad para respirar

CONSECUENCIAS
SI NO SE CONTROLA A TIEMPO

- Infarto al miocardio
- Insuficiencia cardíaca
- Aneurisma en vasos sanguíneos
- accidentes cardiovasculares
- Insuficiencia renal
- Ceguera

¡CAMBIA TU ESTILO DE VIDA!

- Mantenga un peso adecuado (IMC=18 a 25 kg/cm2)
- Consuma una dieta rica en frutas, verduras y pocas grasas.
- Reduxca la cantidad de sal, procure no consumir mas de 7 g de sal al día.
- Limite el consumo de alcohol
- Haga ejercicio (caminar por lo menos 30 minutos todos los días)
- Evite fumar o no fume

SABÍAS QUE...

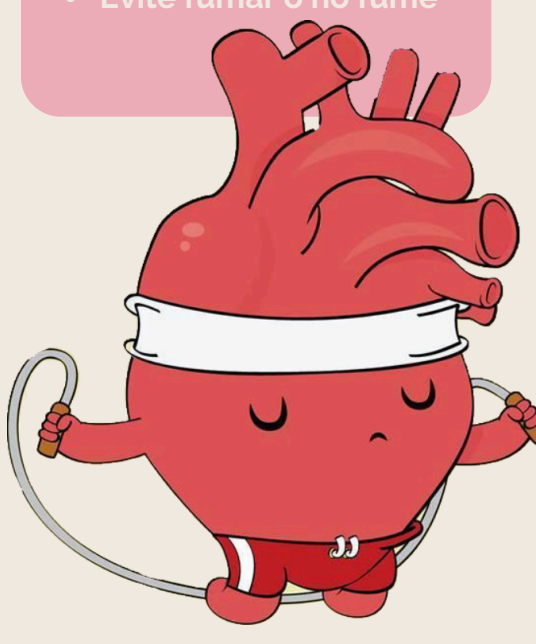
El 17 de mayo se conmemora el Día Mundial de la Hipertensión Arterial para creal conciencia sobre la enfermedad

TRATAMIENTO

El médico recomendará cambios en el estilo de vida para bajar la presión arterial a un rango normal o en su caso el uso de medicamentos.

Su médico puede ayudarle a encontrar programas para bajar de peso, dejar de fumar y hacer ejercicio.

Usted también puede pedirle al médico que lo remita a un nutricionista que pueda ayudarle a planear una dieta saludable para su caso.



Referencias bibliográficas

1. Diabetes mellitus. Clínica Universidad de Navarra. (s. f.). https://www.cun.es/material-audiovisual/infografia/diabetes-mellitus
2. Guías ESC 2024 para el manejo de la hipertensión arterial