

DIABETES TIPO 2

¿QUÉ ES?

Es una enfermedad crónica en la que el cuerpo no utiliza la insulina correctamente, provocando altos niveles de glucosa en la sangre. Si no se controlan, estos niveles pueden provocar problemas graves en los nervios, ojos, riñones y corazón.

SÍNTOMAS



Necesidad de orinar frecuente



Perdida de peso



Falta de energía



Sed y hambre constante

FACTORES DE RIESGO



Factores Genéticos



Sedentarismo



Dieta no saludable



sobre peso u obesidad

COMPLICACIONES



CARDIOVASCULARES

Presión Arterial
Colesterol.



MICROVASCULARES

Retinopatía,
Nefropatía y
Neuropatía.



NERVIOSAS

Daña los nervios del cuerpo, lo que puede causar dolor.



Agudas

Cetoacidosis diabética [CAD], Estado Hiperglucémico Hiperosmolar [EHH] e Hipoglucemia.

PREVENCIÓN



EJERCICIO

La actividad física diaria reduce el riesgo



DIETA SANA

- Sin azúcares
- Disminuir carbohidratos.
- Grasas saludables
- Proteína



CONTROL PESO

Mantener un peso saludable



DESCANSO

- Horario regular
- Entre 7 y 8 hrs
- Dormir temprano

UNA ALTERNATIVA

*Recuerda siempre consultar a tu médico

OZONOTERAPIA

Es un tratamiento médico que utiliza ozono para mejorar la salud y tratar diversas afecciones.

Sus propiedades antiinflamatorias y antimicrobianas ayudan a aliviar el dolor, mejorar la circulación y estimular el sistema inmunológico entre otros beneficios.

BENEFICIOS DEL OZONO



Mejora la circulación sanguínea



Lleva oxígeno a los tejidos que necesitan.



Desintoxica las células



Estabiliza niveles de glucosa en la sangre