

# CONSERFLOW S.A. DE C.V.



## PLATICAS DE SEGURIDAD

CÓDIGO PSE-01/F-01  
REVISIÓN 00  
EMISIÓN 01.ABR.20

UBICACIÓN	Punto de Reunión
FECHA	01/04/20
TEMA	Diabetes Mellitus

No.	NOMBRE	PUESTO/CATEGORIA	FIRMA
1	Cesar Gueles C	Ayudante	[Firma]
2	Amanda Cesarovic	Pailero	[Firma]
3	Nicolas Santos	Pailero	[Firma]
4	Carlos Cesarovic	Pailero	[Firma]
5	Francis Belfor	Pailero	[Firma]
6	Tomas Garcia	Pailero	[Firma]
7	Miguel Antonio	Pailero	[Firma]
8	Cristian Horta	Pailero	[Firma]
9	Santiago Santos	Pailero	[Firma]
10	Victor Manuel Caballero	Pailero	[Firma]
11	Jose Carlos Ginez Hernandez	Pailero	[Firma]
12	Hilfredo Contreras Andres	Pailero	[Firma]
13	Lois E. Cruz Flores	Pailero	[Firma]
14	Adrian Flores Garcia	Pailero	[Firma]
16	Pablo Emilio Gutierrez	Ayudante G.	Pablo G.C.
17	Juan A. Mtz Romero	Ayudante	[Firma]
18	Fidel Sanchez Espindola	Pailero	[Firma]
19	José O de Jesús Oliviera	Soldador	[Firma]
20	José Guadalupe Martínez	Soldador	[Firma]

DIFUNDIÓ	Agustin Hernandez Cutille	FIRMA	[Firma]
----------	---------------------------	-------	---------

# CONSERFLOW S.A. DE C.V.



## PLATICAS DE SEGURIDAD

CÓDIGO PSE-01/F-01  
REVISIÓN 00  
EMISIÓN 01.ABR.20

UBICACIÓN	Punto de Reunión
FECHA	01/04/24
TEMA	Diabetes Mellitus

No.	NOMBRE	PUESTO/CATEGORIA	FIRMA
1	José de Jesús Olivera	Soldador	
2	Jesús Guadalupe Martin	Aludante	
3	Macedonio Mtz Quirós	Aludante	
4	Enrique Rivero Merino	Analista Mantto	
5	Jorge Anselmo Ramirez	Analista mantto.	
6	Gerardo Trinidad Rivera	Analista mantto	
7	Ana Izette Velazquez Huerta	Analista Mantto	
8	Anaquel Michel Lopez Santumaria	Analista de Almacén	
9	Angel Rivero Sanchez	Almacén	
10	Tuan Garcia Ramirez	Electrico	
11			
12			
13			
14			
16			
17			
18			
19			
20			

DIFUNDIÓ	Agustin Hernandez Castilla	FIRMA	
----------	----------------------------	-------	--

# DIABETES MELLITUS

## ¿QUÉ ES?

Es un desorden del proceso metabólico que se presenta cuando los niveles de azúcar en la sangre son más altos de lo normal ya que la insulina (hormona segregada por el páncreas) no se produce en las cantidades para que la glucosa se incorpore a las células.



Con más de **370 millones** de personas diabéticas en el **mundo** y los casos se incrementan de forma alarmante.

Por ello la Organización Mundial de la Salud conmemora el **Día Mundial de la Diabetes**



**México** se posiciona en el **7° lugar** por número de adultos de **20 a 79 años** con diabetes.



**14.1 millones** de personas con diabetes



Más de **70 mil** niños enfermos al año



**140,729 mil** muertes registradas en **México** por diabetes en 2021

## PRINCIPALES TIPOS DE DIABETES

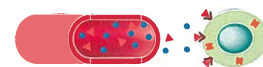
### DIABETES DE TIPO 1

El cuerpo no produce suficiente insulina.



### DIABETES DE TIPO 2

El cuerpo produce insulina pero no la utiliza apropiadamente.



### DIABETES GESTACIONAL

Una condición temporal durante el embarazo



● Glucosa  
▲ Insulina  
■ Glup 4  
▼ Receptor Insulina

## FACTORES DE RIESGO:

- Un 6% de las personas con DM2 desconoce que la tiene.
- La DM se asocia a obesidad e hipertensión arterial, por lo que es de enorme importancia la actividad física como método de prevención.
- La obesidad en sí misma puede causar diabetes



## ¿CÓMO CUIDO MI DIABETES?

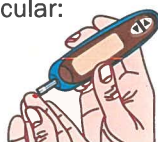
- 1 La dieta mediterránea sigue siendo de elección para prevenir y cuando ya existe diabetes.



- 2 El ejercicio diario es imprescindible. Se recomienda como mínimo hacer 30 min. de ejercicio todos los días



- 3 Hay que controlar todos los factores de riesgo cardiovascular:  
Colesterol  
Diabetes  
Glucemia en ayunas



## SINTOMAS

Los síntomas de la diabetes pueden ocurrir repentinamente. En la diabetes de tipo 2, los síntomas pueden ser leves y tardar muchos años en notarse.

Los síntomas de la diabetes son:

- Sensación de mucha sed
- Necesidad de orinar con más frecuencia de lo habitual
- Visión borrosa
- Cansancio
- Perder peso sin querer