



UNIVERSIDAD NACIONAL DE CÓRDOBA

FACULTAD DE LENGUAS



El rol de los mapas mentales en la preparación del intérprete

Informe presentado por Carlos Martín Coria

Programa de Especialización en Interpretación
Segunda Cohorte

Directora del Trabajo Final: María Dolores Sestopal

Fecha de presentación: 15 de noviembre de 2016



Licencia Creative Commons

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución – No Comercial – Sin Obra Derivada 4.0 Internacional.

Datos del trabajo final

Título	El rol de los mapas mentales en la preparación del intérprete
Autor	Carlos Martín Coria
Correo electrónico	martin.coria21@gmail.com
Directora	María Dolores Sestopal
Institución	Universidad Nacional de Córdoba, Facultad de Lenguas, Especialización en Interpretación
Resumen	<p>En este informe se presentan las principales estrategias de preparación para un encargo de interpretación, el cual constituye el trabajo final de la carrera de posgrado de Especialización en interpretación. La principal estrategia que se desarrolla es la confección de mapas mentales, así como también la elaboración de glosarios colaborativos. Se resaltan los mapas mentales en virtud de que otorgan al autor suficiente flexibilidad radial para poder armarlos según sus necesidades y los recursos que considere relevantes. Por su parte, la confección de glosarios de manera colaborativa permite realizar un análisis y una extracción terminológica durante la etapa de preparación de un modo más exhaustivo y preciso gracias a los aportes y las devoluciones de los miembros del equipo de interpretación. De este modo, al integrar estas estrategias se logra una preparación apropiada antes de realizar una interpretación.</p>
Fecha de presentación	15 de noviembre de 2016
Palabras clave	Interpretación, mapas mentales, preparación, documentación, glosarios, estrategias, terminología, trabajo colaborativo, glosario colaborativo
Especialización	Interpretación

Introducción

Como sucede en la traducción, el intérprete que enfrenta un encargo de interpretación deberá emprender un considerable trabajo de investigación para poder realizar satisfactoriamente la interpretación de un discurso especializado. Sin embargo, en dicha fase hay marcadas diferencias entre el traductor y el intérprete. La diferencia más evidente radica en que el traductor podrá realizar esta investigación a lo largo del proceso traductor, mientras que el intérprete se verá en la necesidad de realizarla en una etapa previa al evento. Además de la información ya proporcionada por el cliente, como nombre y profesión de los disertantes, temas específicos, modalidad de interpretación y demás datos relevantes, es de suma importancia que el intérprete lea, averigüe y estudie sobre la temática que se abordará. Así, su preparación se vuelve una parte integral de su trabajo.

Esto constituye, en palabras de Gile (1995), la adquisición de conocimiento ad hoc (*ad hoc Knowledge Acquisition*), es decir, aquel conocimiento que se adquiere para un caso puntual para un trabajo de traducción o interpretación. Esta etapa de preparación previa puede implicar un arduo trabajo, particularmente al principio. Sin embargo, es posible recurrir a diversas estrategias para lograrlo de forma adecuada, por ejemplo, como parte de la preparación para el tema asignado, “las modalidades de interpretación aplicadas a los discursos médicos”, específicamente diabetes e hipertensión.

Una de las estrategias que puede emplearse es la utilización de textos paralelos y espejo, mediante los cuales no solo se puede aprender contenidos y extraer terminología, sino también adoptar la fraseología característica del discurso en cuestión. También es posible utilizar la traducción a la vista como estrategia de preparación, ya que ayuda a la práctica y también facilita la detección de aquellos puntos que se han de fortalecer en nuestras producciones como, por ejemplo, estructuras gramaticales o siglas y acrónimos que a primera vista pueden no representar mayores problemas. Asimismo, se puede lograr una mayor práctica con el uso de

videos en plataformas *online*. Con esta estrategia, no solo es posible una adecuada documentación temática, sino que también existe la posibilidad de encontrar, por ejemplo, ponencias o conferencias del disertante asignado en el encargo de interpretación. De este modo, se logra un entrenamiento previo del oído con respecto a la voz, velocidad, pronunciación y entonación del orador.

Es evidente entonces que la preparación de todo intérprete puede llegar a resultar muy amplia y abarcar diversos y numerosos subtemas y conceptos dentro de una misma temática. En esta situación, un intérprete puede sentirse abrumado por la cantidad de información a la que se tiene que enfrentar para cubrir todos aquellos aspectos que estime necesarios a fin de poder realizar su trabajo de modo profesional y minimizar dificultades e imprevistos. Una forma muy útil de organizar esta información es a través de la confección de mapas mentales, aspecto que se resaltarán en el presente informe. Si se siguen los principios de dichos mapas mentales, al momento de comenzar la investigación, el estudio y la preparación de un determinado tema, el usuario puede realizar un *brainstorming*, o tormenta de ideas, y plasmarlo en el mapa para así tener a la vista todos aquellos conceptos e ideas que recopila durante el proceso de documentación. Otra característica importante es la posibilidad de incluir y acceder a diversos glosarios, los cuales también constituyen un valioso recurso, particularmente aquellos glosarios de producción propia y colaborativa.

Mapas mentales: definición y aplicación para la interpretación

Antes de abordar su aplicación en la etapa de preparación del intérprete, se definirá lo que constituye un mapa mental. En primer lugar, es necesario señalar que, si bien tanto los mapas mentales como los mapas conceptuales constituyen representaciones gráficas con características en común, no son estrictamente iguales o equivalentes. Para Novak y Gowin (1988: 35, citado en Villalustre Martínez y Del Moral Pérez, 2010: 17), un mapa conceptual

“es un recurso esquemático para representar un conjunto de significados conceptuales incluidos en una estructura de proposiciones”.

Por su parte, Sestopal (2014: 3) retoma la definición de López García de mapas conceptuales:

Redes semánticas que posibilitan representar gráficamente conceptos y sus interrelaciones para poner en evidencia las estructuras de conocimiento que las personas tienen en sus mentes,... [están] compuestas por nodos que representan conceptos, unidos por medio de líneas con etiquetas, que simbolizan las relaciones existentes entre estos. (2012)

Sobre la base de esta definición, Sestopal resalta que los mapas mentales se diferencian de los mapas conceptuales al no incluir “palabras de enlace para elaborar proposiciones y las relaciones no son necesariamente relaciones jerárquicas” (2014: 3).

Teniendo esto en cuenta, es oportuno recalcar la definición que brindan Villalustre Martínez y Del Moral Pérez (2010: 18) de los mapas mentales como “una expresión del pensamiento irradiante, donde a partir de una imagen central se ramifican los principales elementos de un determinado tema mediante una estructura nodal conectada”. Además, siguiendo a Buzan (1996), ellos reconocen que la representación gráfica de los mapas mentales puede ayudar a fortalecer la conexión entre el conocimiento nuevo y el conocimiento previo de una persona (Villalustre Martínez y Del Moral Pérez, 2010).

Esta última función concuerda entonces con la premisa de la teoría de asimilación de Ausubel et al (1978: 159, citado en Cañas et al, 1997: 2) sobre el aprendizaje: “El aprendizaje significativo resulta cuando nueva información es adquirida mediante un esfuerzo deliberado de parte del aprendiz por ligar la información nueva con conceptos o proposiciones relevantes preexistentes en la estructura cognitiva del aprendiz”.

De esta forma, la confección de mapas mentales resulta pertinente para la preparación del intérprete ya que constituye una estrategia válida para el estudio y aprendizaje de cualquier tema que deba ser interpretado. Además, gracias a su adaptabilidad y debido a que no se precisa

una jerarquización de conceptos, los mapas permiten incorporar los conceptos clave de la temática en cuestión y disponerlos según las necesidades propias y los modos particulares de conceptualización y visualización del tema. Estos conceptos sirven como disparadores cognitivos en la mente del autor que ayudan a recuperar información, campos semánticos e ideas relacionadas de modo directo o indirecto.

En relación con estos conceptos, conviene recordar las palabras de Cabré (2004: 9) sobre la terminología especializada: “Cada unidad terminológica corresponde a un nudo cognitivo dentro de un campo de especialidad, y el conjunto de dichos nudos, conectados por relaciones específicas (causa-efecto, todo-parte, contigüidad, anterioridad-posterioridad, etc.), constituye la representación conceptual de dicha especialidad”. Asimismo, agrega que los términos también tienen la función de transmitir y comunicar el conocimiento (Cabré, 2004), motivo por el cual es importante que el intérprete esté familiarizado y haga un uso correcto y eficaz de los términos equivalentes en el discurso meta. De esta manera, el análisis terminológico también ayuda a escoger aquellos términos relevantes y portadores de significados que activarán cognitivamente la información en la mente del autor del mapa.

Particularmente en los temas de diabetes e hipertensión, la elaboración de los correspondientes mapas mentales resultó de suma utilidad para llevar a cabo la preparación como intérprete. Esto se debe a que se logró una amplia visualización de la composición de los temas en forma de nodos, a saber: clasificación, diagnósticos, complicaciones, tratamientos y medicamentos, así como sus respectivos desgloses en conceptos más específicos. Es decir, si bien los conceptos o nodos tienen la función de disparadores para activar el conocimiento adquirido durante la documentación, también fue posible incorporar algunos datos más concretos, como las diversas clases de medicamentos y los valores que se utilizan para clasificar la diabetes y la hipertensión.

Asimismo, otro de los beneficios de los mapas mentales es la posibilidad de establecer enlaces a diversos sitios. Se pueden incluir, por ejemplo, glosarios que se consideren pertinentes y útiles publicados en Internet. Para ello, simplemente se inserta en el mapa el enlace al glosario que ya esté disponible en línea. También, se cuenta con la opción de cargar el glosario que se haya elaborado a modo propio y conforme a necesidades particulares. De esta manera, en ambos mapas se han incluido los enlaces correspondientes a los glosarios que se han creado colaborativamente a los fines de este trabajo final y se ha logrado así tener un acceso directo para la consulta o modificación de términos.

De la misma forma, el mapa permite incluir también imágenes, gráficos, artículos, textos y videos. Las imágenes y los gráficos, particularmente en estas áreas temáticas, ayudan a comprender la composición de diferentes partes del organismo y sus funciones, motivo por el cual su inclusión en el mapa mental resultó muy ventajoso, como en el caso de la imagen de las partes del corazón (y la miocardiopatía hipertrófica) para el caso de la hipertensión y el gráfico del funcionamiento del páncreas para el caso de la diabetes mellitus. De modo similar, la inclusión de artículos y textos de fuentes externas ayuda a afianzar conceptos, relaciones y el uso de la terminología específica en contexto, como los textos paralelos y espejos que se han añadido en estos casos en particular. Finalmente, los videos constituyen un recurso de suma importancia para la preparación del intérprete. Los videos pueden utilizarse tanto para la práctica de interpretación como para la documentación sobre los temas de interpretación asignados. Por lo cual, es interesante incluir en el mapa, como complemento, algún video pertinente que trate el tema en términos generales o, por ejemplo, subtemas particulares que tengan una mayor complejidad y que puedan comprenderse más fácilmente mediante la visualización de un video explicativo. En los mapas que se presentan como anexo en este informe, se ha decidido incluir dos videos de cada tema, uno en español y otro en inglés. De esta manera, se los puede utilizar para internalizar conceptos e ideas, para tomar nota de la

terminología empleada y también para la práctica de interpretación del inglés al español y viceversa.

Glosarios: confección colaborativa

El discurso especializado, como es sabido, suele estar dirigido a un público que comparte, en mayor o menor medida, el mismo conocimiento y los mismos conceptos que el orador experto. Además, se caracteriza por la presencia de unidades terminológicas específicas, las cuales conforman lo que García Gavín (2003: 495) denomina como un léxico “depositario de significados”. Esto hace referencia al hecho de que en este tipo de lenguaje cada significante debe corresponderse con un significado unívoco en un contexto dado. Debido a la precisión de dichas unidades terminológicas, el intérprete debe asegurarse de utilizar los equivalentes correctos para comunicar eficazmente el mensaje a los receptores del discurso meta, también expertos en el tema.

Sin embargo, debido a las condiciones de trabajo e inmediatez de la situación, las necesidades terminológicas del intérprete no son exactamente iguales a las del traductor y es por ello que sus glosarios suelen hacerse de un modo más personalizado conforme a las necesidades particulares de cada uno. Según Gile (1995), los intérpretes realizan anotaciones terminológicas adecuadas para casos determinados, sin agregar demasiada información sobre fiabilidad, fuentes, significados o referencias. Conforme a esto, durante la fase de preparación para la instancia de evaluación final se confeccionaron glosarios de “referencia rápida” para su consulta durante la tarea interpretativa. Es por ello que los campos que se incluyeron son solamente los correspondientes al término fuente, equivalente meta, definición y fuente de la definición. De este modo, además de ser un glosario simplificado, brinda una equivalencia conceptual, no solamente terminológica.

No obstante, durante la preparación y confección de glosarios, el intérprete deberá consultar fuentes confiables para poder encontrar y extraer términos apropiados para el discurso y el ámbito en el que realizará su tarea. Entre algunas fuentes confiables podemos mencionar diccionarios especializados o bases terminológicas (monolingües, bilingües o multilingües); sin embargo, es posible que estos ofrezcan varios equivalentes lingüísticos para un mismo término en función de los diversos contextos o ámbitos de uso. Por este motivo, se tendrá que recurrir a otras fuentes que se adapten a las necesidades propias, como los textos paralelos y espejo mencionados anteriormente. Ciertamente, estos textos deberán ser textos académicos o institucionales publicados por organizaciones gubernamentales, oficiales o educativas, es decir, fuentes con autoridad reconocida.

Al buscar, detectar y extraer unidades terminológicas y sus equivalentes y confeccionar glosarios, se logra su aprendizaje e internalización. De todos modos, cuando los plazos son demasiado limitados, la elaboración de glosarios puede resultar más conveniente y práctica si se realiza de modo colaborativo con los miembros del equipo de interpretación. Además, se logra así un aprendizaje colaborativo, el cual, según Stocker (2011), parte de la idea de que los estudiantes de una comunidad pueden generar y compartir sus conocimientos y aprendizajes mediante el aporte de diversas ideas para moldear los puntos de vistas y modelos mentales de los demás. Stocker también menciona las palabras de Golub (1988), quien indica que la característica principal del aprendizaje colaborativo consiste en una estructura que da lugar a la conversación entre los estudiantes, en donde se produce la gran parte del aprendizaje (en Stocker, 2011).

Esto resulta especialmente beneficioso y apropiado para la preparación y elaboración de este trabajo final, por lo cual entre los tres estudiantes de esta cohorte de especialización en interpretación hemos confeccionado glosarios colaborativos sobre diabetes e hipertensión. Estos glosarios se realizaron en la plataforma de hoja de cálculo de *Google Drive* a fin de que

cada integrante tuviera fácil acceso a su consulta y edición. Además, se los ha incluido, mediante enlaces, en los mapas mentales de los respectivos temas. En el anexo II, se presenta una versión reducida y combinada de dichos glosarios.

Dicho trabajo colaborativo ha brindado resultados favorables ya que se ha logrado un diálogo y una retroalimentación entre los colaboradores que mejoró la calidad y pertinencia de las unidades terminológicas incorporadas. Asimismo, al tener en cuenta la amplitud y complejidad de ambos temas, diabetes e hipertensión, como así también el plazo para la presentación del trabajo final y su correspondiente instancia de evaluación, con este método se ha logrado aprovechar de modo eficiente y productivo el tiempo disponible para la preparación como intérpretes.

Conclusión

De este modo, ante la evidente abundancia de información a la que actualmente se tiene acceso, particularmente gracias a Internet, queda claro que todo intérprete necesita poner en práctica diversas estrategias para lograr una preparación ágil y eficiente. La confección de mapas mentales permite plasmar visualmente conceptos o ideas que activen redes cognitivas pertinentes en la mente del usuario y, por consiguiente, se logra afianzar el aprendizaje del tema en cuestión. Además, sirven como repositorio futuro de información, con la posibilidad de una actualización continua. Con respecto a los glosarios, el método colaborativo ofrece una experiencia satisfactoria y enriquecedora al favorecer el intercambio de ideas y opiniones entre profesionales. Se ha comprobado, entonces, el potencial de ambas estrategias en la fase de preparación para un encargo de interpretación, por lo cual se puede concluir que tanto los mapas mentales como los glosarios colaborativos constituyen, sin duda, grandes recursos para los intérpretes actuales que ya no trabajan aislados sino en equipos cuyos miembros logran una retroalimentación y un aprendizaje mutuos y continuos.

Referencia bibliográfica

Cabré, M. T. (2004). “La terminología en la traducción especializada”. En: Gonzalo García, Consuelo; García Yebra, Valentín (eds.) *Manual de documentación y terminología para la traducción especializada*. Madrid: Arco/Libros. Colección: Instrumenta Bibliológica. p. 89-122. ISBN: 84-7635-578-5. (CL).

Cañas, A.J. et al. (1997) *Colaboración en la Construcción de Conocimiento Mediante Mapas Conceptuales*. Trabajo presentado en el VIII Congreso Internacional sobre Tecnología y Educación a Distancia, San José, Costa Rica. Recuperado de <http://www.ihmc.us/users/acanas/ColabCon.pdf>

García Gavín, S. (2003). “Consideraciones en torno al lenguaje Especializado”, en MUÑOZ MARTÍN, Ricardo [ed.] I AIETI. Actas del I Congreso Internacional de la Asociación Ibérica de Estudios de Traducción e Interpretación. Granada 12-14 de Febrero de 2003. Granada: AIETI. Vol. n.º 2, pp. 493-505. ISBN 84-933360-0-9. Versión electrónica disponible en la web de la AIETI: <http://www.aieti.eu/pubs/actas/I/AIETI_1_SGG_Consideraciones.pdf>.

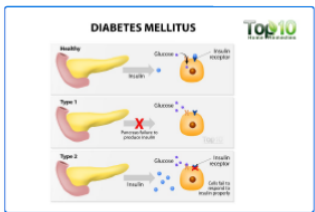
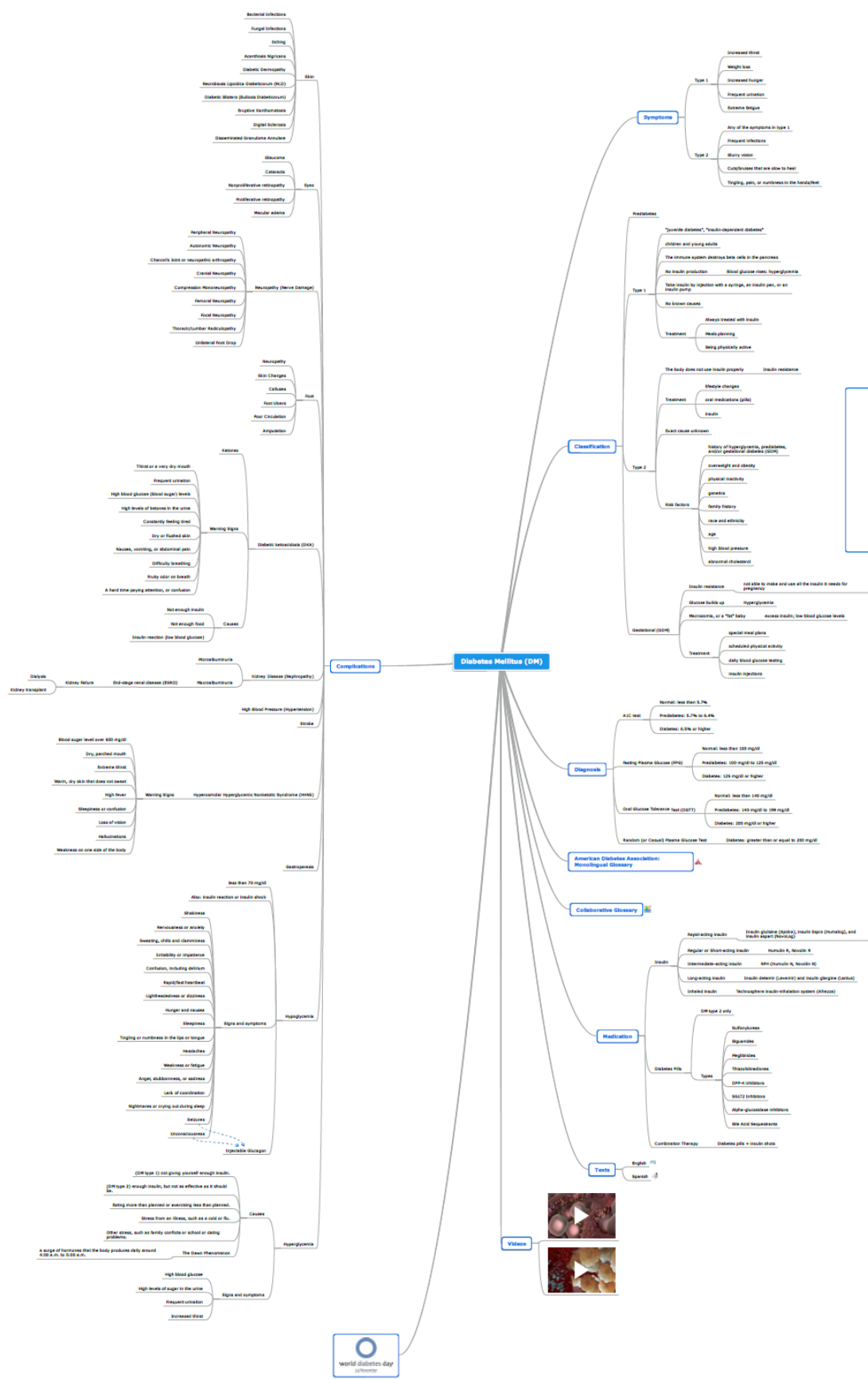
Gile, D. (1995). *Basic Concepts and Models for Interpreter and Translator Training*. Amsterdam/Philadelphia: John Benjamins Publishing Company.

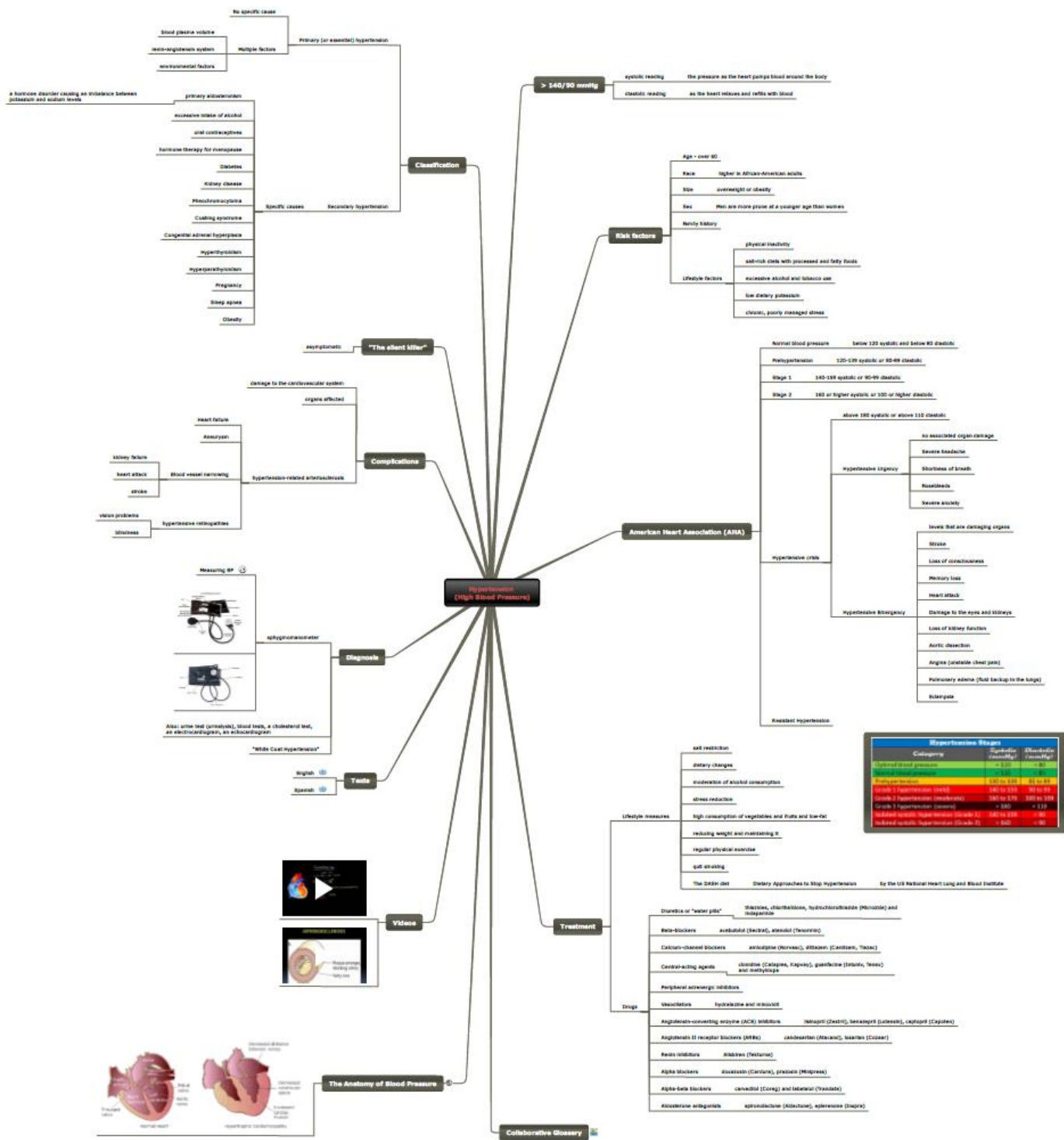
Sestopal, M. D. (2014). *Mapas mentales, mapas conceptuales y la preparación del intérprete*. En IV Jornadas Internacionales Tecnologías Aplicadas a la Enseñanza de Lenguas. Córdoba, Argentina.

Stocker, V. L. (2011). *Science Teaching with Moodle 2.0*. Birmingham - Mumbai: Packt Publishing

Villalustre Martínez, L. y Del Moral Pérez, E. (2010). Mapas conceptuales, mapas mentales y líneas temporales: objetos “de” aprendizaje y “para” el aprendizaje en Ruralnet, *Revista Latinoamericana de Tecnología Educativa RELATEC*, 9 (1), 1527 [<http://campusvirtual.unex.es/cala/editio/>]

Anexo I: Mapas mentales





Category	Systolic (mmHg)	Diastolic (mmHg)
Normal blood pressure	< 120	< 80
Prehypertension	120-139	80-89
Stage 1 hypertension	140-159	90-99
Stage 2 hypertension	160-179	100-109
Stage 3 hypertension	180 or higher	110 or higher

Anexo II: Glosario colaborativo

Inglés	Español	Definición	Fuente	Observaciones
acanthosis nigricans	acantosis pigmentaria	Acanthosis nigricans (AN) is a skin disorder in which there is darker, thick, velvety skin in body folds and creases.	https://medlineplus.gov/ency/article/000852.htm	
ACE inhibitors	inhibidores de la enzima convertidora de la angiotensina (Inhibidores de la ECA)	A class of drugs (angiotensin-converting enzyme inhibitors) that block the conversion of angiotensin I to angiotensinII, used in the treatment of hypertension and congestive heart failure and in the prevention of microvascular complications of diabetes mellitus (DM).	http://medical-dictionary.thefreedictionary.com/ACE+inhibitor	Variantes: ACEIs(en inglés); IECA(en español)
Advanced glycation end products	productos de la glicación avanzada	AGEs formation of endproducts of non-enzymatic protein lipoproteins and nucleic acid glycosylation; exaggerated in old age, but accelerated in poorly controlled diabetes mellitus; AGEs accumulate in structural proteins (of ligaments, blood vessel walls, etc.) to compromise the microcirculation.	http://medical-dictionary.thefreedictionary.com/advanced+glycation+endproducts	
ARB = angiotensin II receptor blockers	(los) ARA II = bloqueantes del receptor de angiotensina II	medications that block the action of angiotensin II by preventing angiotensin II from binding to angiotensin II receptors on the muscles surrounding blood vessels. As a result, blood vessels enlarge (dilate) and blood pressure is reduced.	http://www.medicinenet.com/angiotensin_ii_receptor_blockers/article.htm	
assay	prueba	analysis (as of an ore or drug) to determine the presence, absence, or quantity of one or more components; also : a test used in this analysis.	http://www.merriam-webster.com/dictionary/assay	
baseline	basal	Information or data gathered at the beginning of a period from which variations that subsequently develop are compared.	http://www.medicinenet.com/script/main/art.asp?articlekey=26233	

brain stem	tronco encefálico	The stem-like part of the base of the brain that is connected to the spinal cord. The brain stem controls the flow of messages between the brain and the rest of the body, and it also controls basic body functions such as breathing, swallowing, heart rate, blood pressure, consciousness, and whether one is awake or sleepy. The brain stem consists of the midbrain, pons and medulla oblongata.	http://www.medicinenet.com/script/main/article.asp?articlekey=2517	
cardiac output	gasto cardíaco	Cardiac output is the amount of blood the heart pumps in 1 minute, and it is dependent on the heart rate, contractility, preload, and afterload.	https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2575587/	
congestive heart failure	insuficiencia cardíaca congestiva	Heart failure is a chronic, progressive condition in which the heart muscle is unable to pump enough blood through to meet the body's needs for blood and oxygen. Basically, the heart can't keep up with its workload.	http://www.heart.org/HEARTORG/Conditions/HeartFailure/AboutHeartFailure/What-is-Heart-Failure_UCM_002044_Article.jsp#.WB9M8CQsA8I	
diabetic ketoacidosis (DKA)	cetoacidosis diabética (CAD)	Serious condition that can lead to diabetic coma (passing out for a long time) or even death.	http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/complications/ketoacidosis-dka.html	

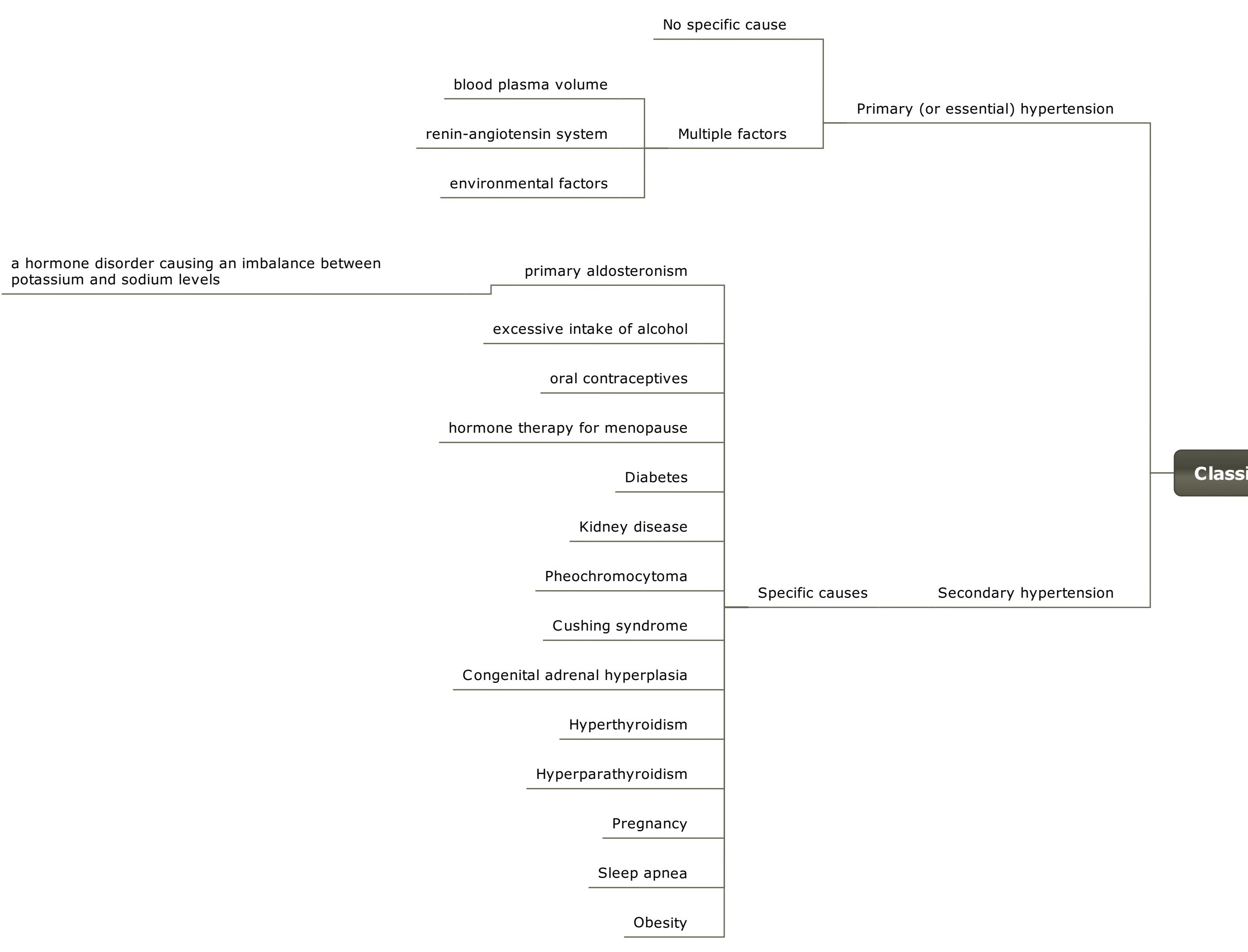
Fasting Plasma Glucose (FPG)	Glucosa plasmática en ayunas	Test that checks your fasting blood glucose levels. Fasting means after not having anything to eat or drink (except water) for at least 8 hours before the test. This test is usually done first thing in the morning, before breakfast.	http://www.diabetes.org/diabetes-basics/diagnosis/?loc=db-slabnav?referrer=http://www.diabetes.org/diabetes-basics/?loc=db-slabnav	
filtration fraction	fracción de filtración	the fraction of the plasma entering the kidney that filters into the lumen of the renal tubules, determined by dividing the glomerular filtration rate by the renal plasma flow; normally, it is around 0.17.	http://www.medilexicon.com/medicalexiconary.php?t=35271	
fingerstick testing	autocontrol con tiras reactivas	A procedure in which a finger is pricked with a lancet to obtain a small quantity of capillary blood for testing.	http://www.medicinenet.com/script/main/art.asp?articlekey=39541	También conocido como fingerprick testing (muestras de sangre obtenidas por punción digital)
hemorrhagic stroke	accidente cerebrovascular hemorrágico	Stroke caused by the rupture of a blood vessel in or on the surface of the brain with bleeding into the surrounding Tissue. Hemorrhagic stroke occurs most often from rupture of an aneurysm or an abnormally formed blood vessel.	http://www.merriam-webster.com/medical/hemorrhagic%20stroke	
hyperglycaemic non-ketotic hyperosmolar syndrome	Síndrome hiperglucémico hiperosmolar no cetósico	It is a complication of type 2 diabetes. It involves extremely high blood sugar (glucose) level without the presence of ketones.	https://medlineplus.gov/ency/article/000304.htm	
hypokalemia	hipopotasemia	Deficiency of potassium in the blood.	http://www.merriam-webster.com/dictionary/Hypokalemia	

ischemic stroke	accidente cerebrovascular isquémico	Stroke caused by the narrowing or blockage of a blood vessel supplying the brain. Ischemic stroke is the most common type of stroke. Obstruction of a blood vessel supplying the brain results either from a clot that has traveled in the blood from another part of the body (embolism) or from a clot that has formed in place (thrombus).	http://www.merriam-webster.com/medical/ischemic%20stroke	
islet cell antibody	anticuerpos de las células de los islotes	an immunoglobulin that reacts with cytoplasmic components of all of the cells in the pancreatic islets. These antibodies occur in about 60% to 70% of newly diagnosed patients with insulin-dependent diabetes mellitus, providing strong evidence for an autoimmune origin and pathogenesis of the disease.	http://medical-dictionary.thefreedictionary.com/islet+cell+antibody	
K-sparing diuretics	Diuréticos ahorradores de K	diuretic agents that, unlike most diuretics, retain potassium (triamterene, amiloride). Often used together with diuretics that promote loss of both sodium and potassium. Used in therapy for hypertension and congestive heart failure.	https://www.drugs.com/dict/potassium-sparing-diuretics.html	
Loop diuretics	diuréticos de asa	A class of diuretic agents (for example, furosemide, ethacrynic acid) that acts by inhibiting reabsorption of sodium and chloride, not only in the proximal and distal tubules but also in the Henle loop.	http://medical-dictionary.thefreedictionary.com/loop+diuretic	
Oral Glucose Tolerance Test (OGTT)	Prueba de tolerancia a la glucosa oral	Two-hour test that checks your blood glucose levels before and 2 hours after you drink a special sweet drink. It tells the doctor how your body processes glucose.	http://www.diabetes.org/diabetes-basics/diagnosis/?loc=db-slabnav?referrer=http://www.diabetes.org/diabetes-basics/?loc=db-slabnav	

Random (or Casual) Plasma Glucose Test	Prueba aleatoria (o casual) de glucosa plasmática	This test is a blood check at any time of the day when you have severe diabetes symptoms.	http://www.diabetes.org/diabetes-basics/diagnosis/?loc=db-slabnav?referrer=http://www.diabetes.org/diabetes-basics/?loc=db-slabnav	
renal parenchymal disease	nefropatías parenquimatosas	When kidneys lose its ability to remove the waste products from the blood, causing various symptoms.	http://www.kidneyservicechina.com/ckd-basics/185.html	
sphygmomanometer	esfigmomanómetro	Instrument for measuring blood pressure and especially arterial blood pressure.	http://www.merriam-webster.com/medical/sphygmomanometer	También: tensiómetro
starch blocker	inhibidores de amilasa (phaseolamina)	A crude Phaseolus vulgaris (kidney bean)-derived alpha amylase, which is claimed to inhibit the breakdown of carbohydrates (starches) into glucose.	http://medical-dictionary.thefreedictionary.com/starch+blocker	
test strips	tiras reactivas	a strip of reactive paper that has been impregnated with an indicator for use in chemical tests.	http://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/test-strip	
TTS = transdermal therapeutic system	STT = sistema terapéutico transdérmico	A medicated adhesive patch that is placed on the skin to deliver a specific dose of medication through the skin and into the bloodstream.	https://en.wikipedia.org/wiki/Transdermal_patch	También conocido como parche transdermico
wasting	emaciación	the gradual deterioration of an individual, usually with loss of strength and muscle mass; it may be accompanied by loss of appetite, which makes it worse.	http://medical-dictionary.thefreedictionary.com/wasting	

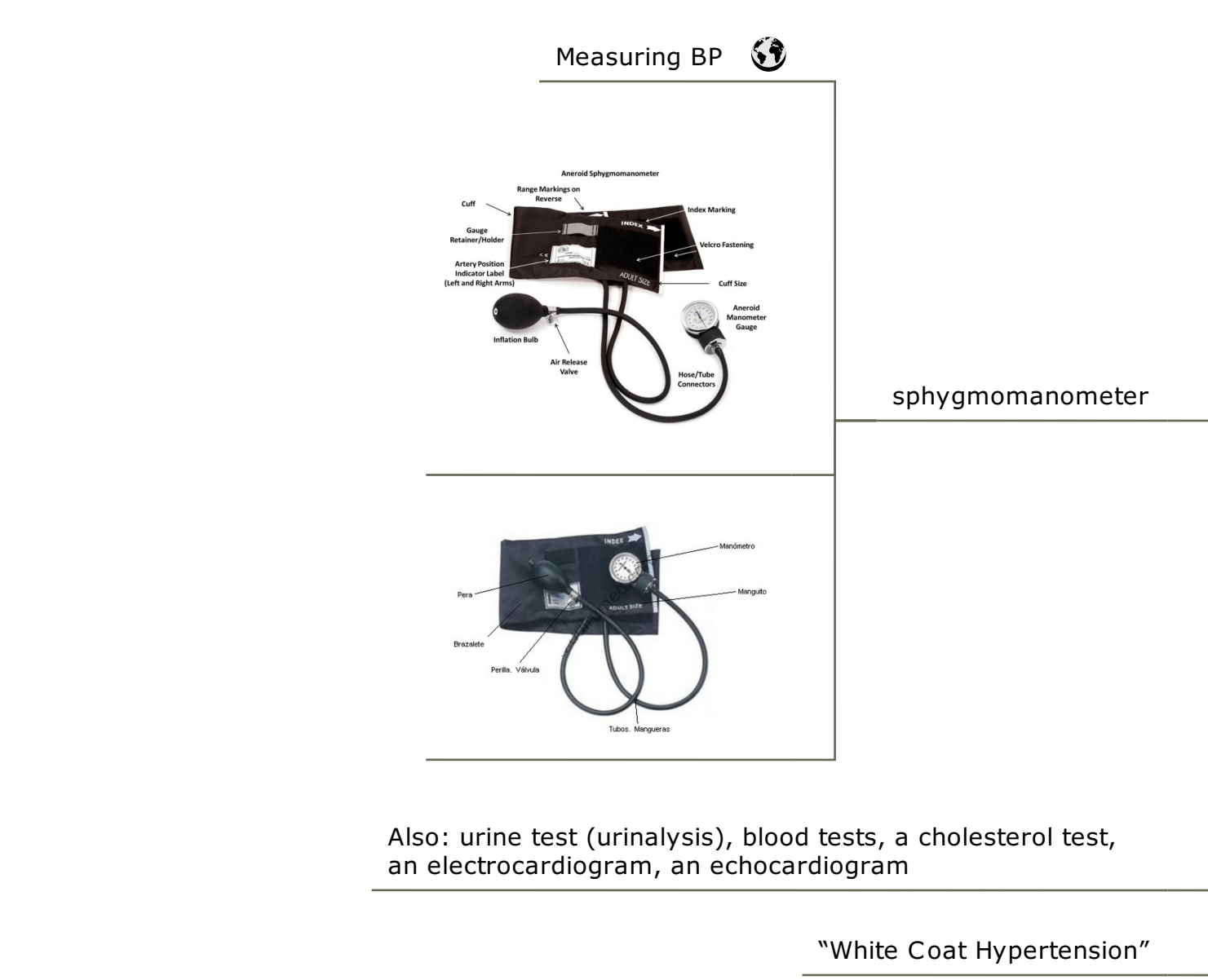
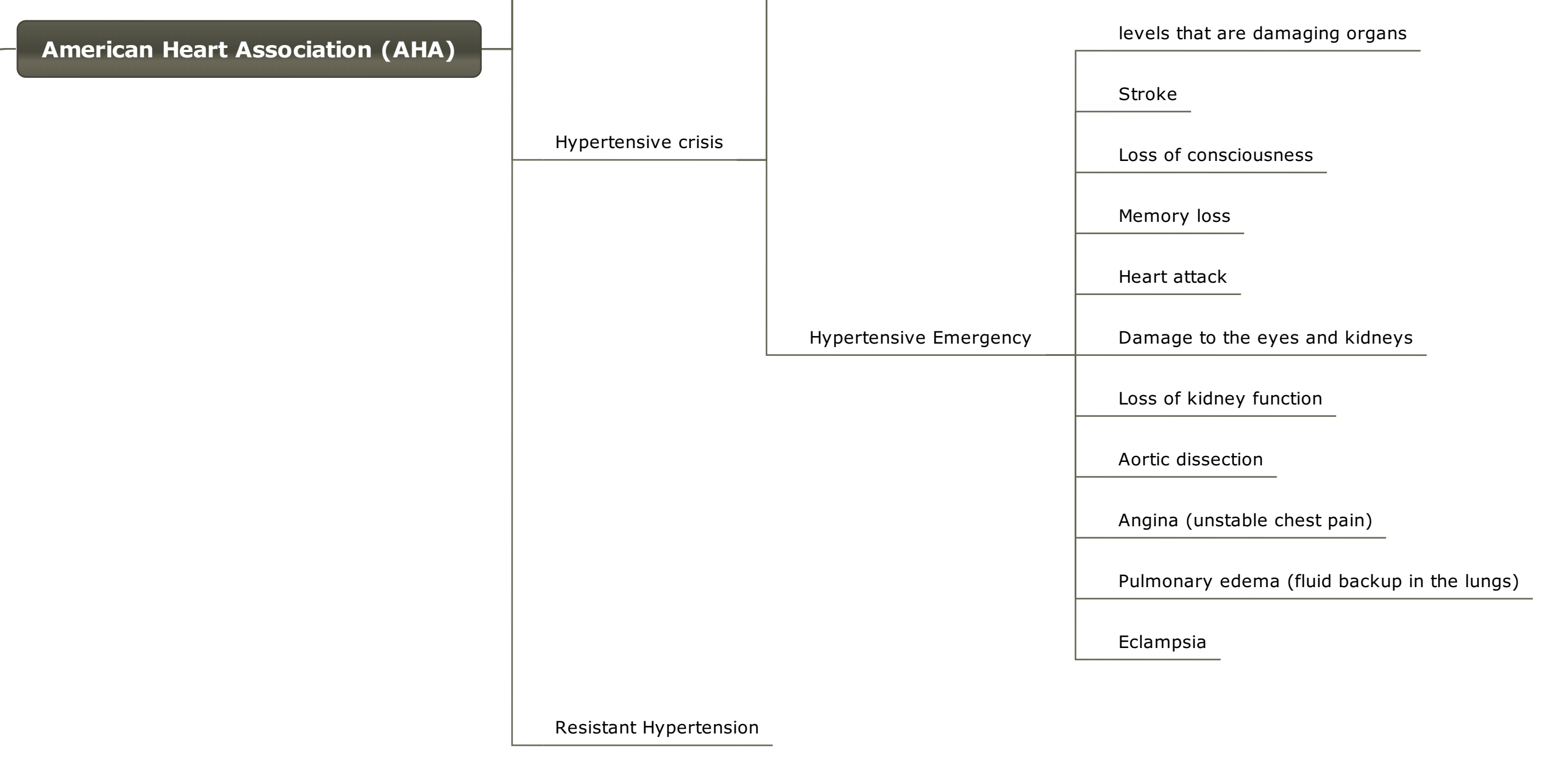
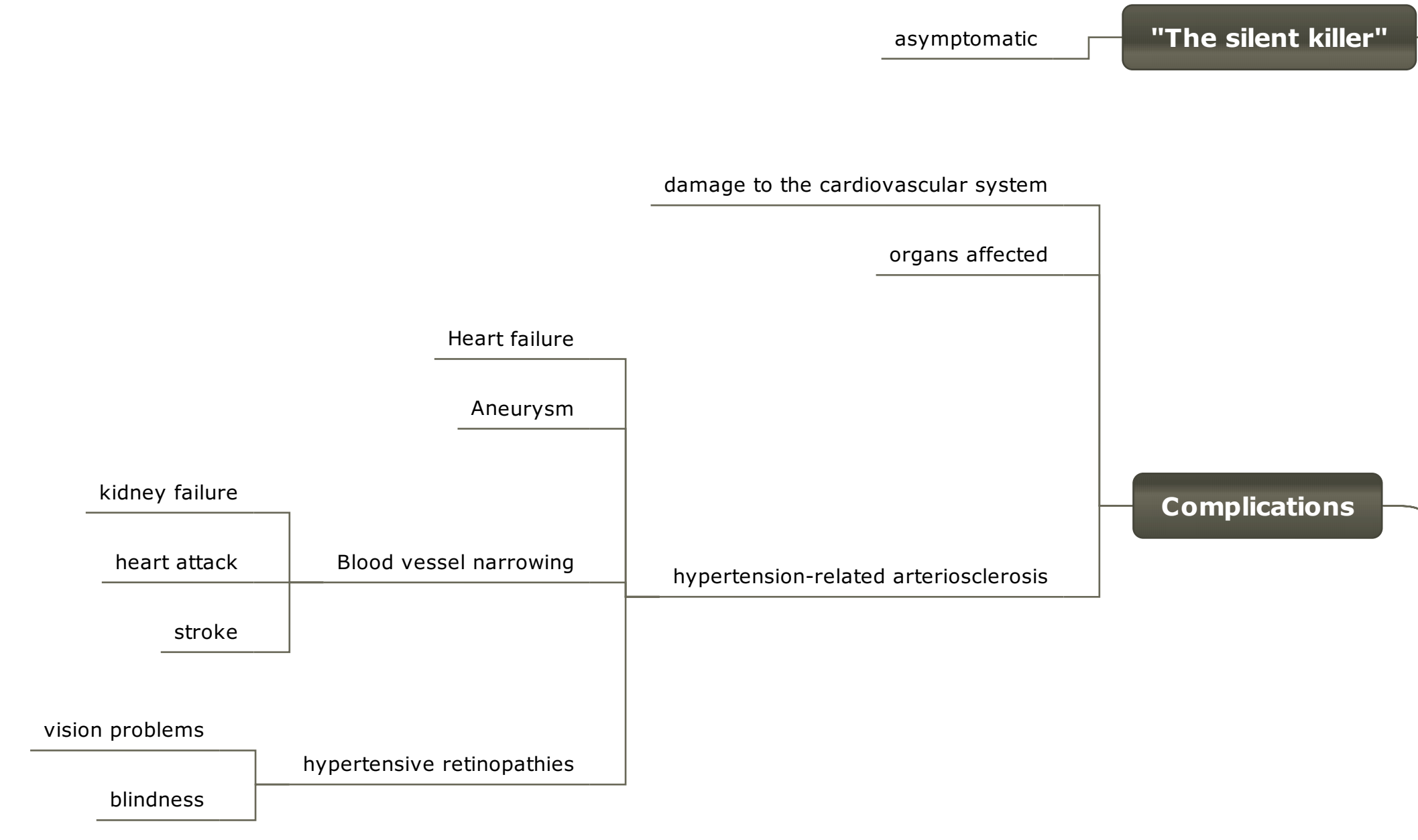
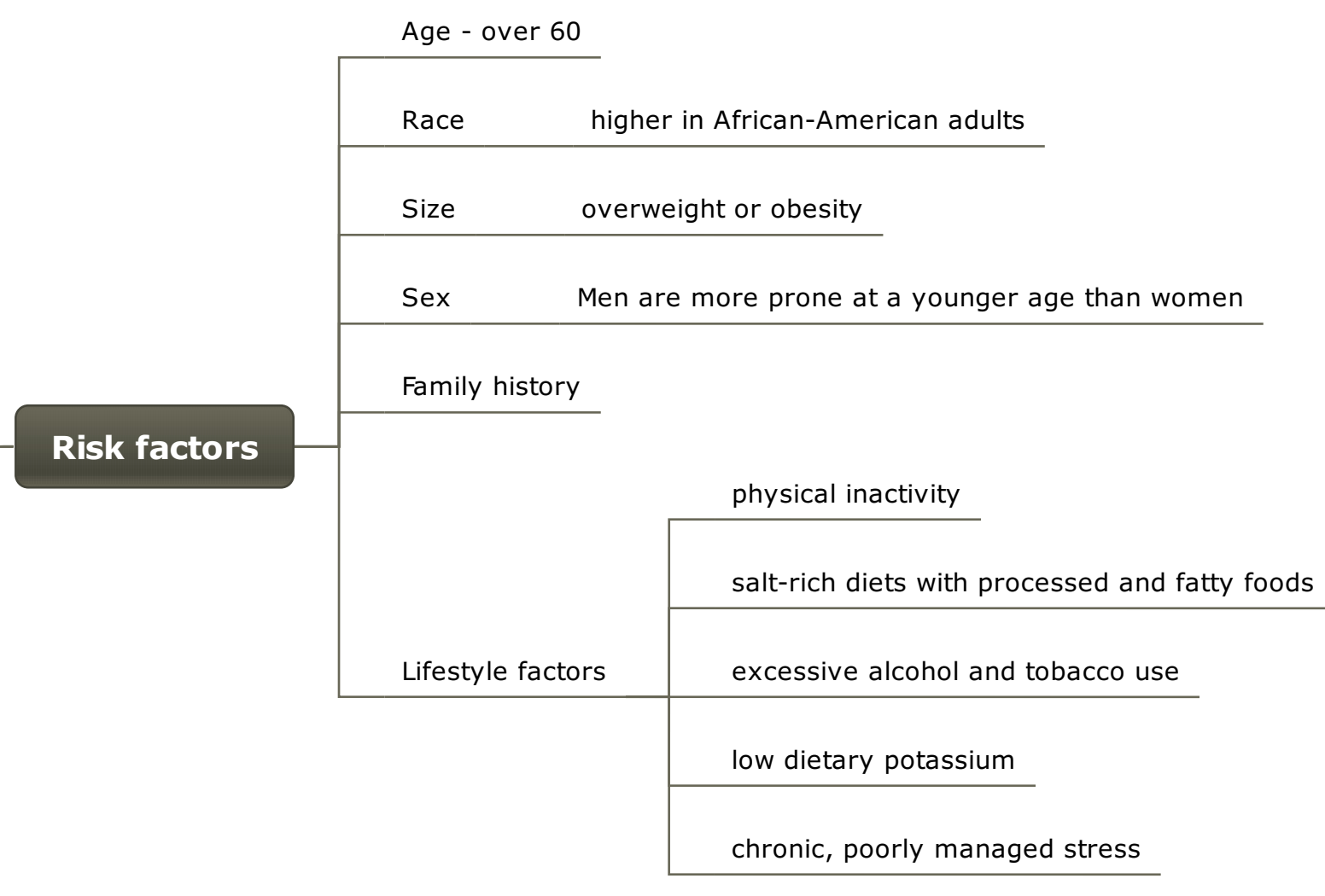
white coat hypertension	hipertensión de guardapolvo blanco	Temporary elevation in a patient's blood pressure that occurs when measured in a medical setting (as a physician's office) and that is usually due to anxiety on the part of the patient.	http://www.merriam-webster.com/dictionary/White%20coat%20hypertension
-------------------------	------------------------------------	---	---

Hypertension (High Blood Pressure)



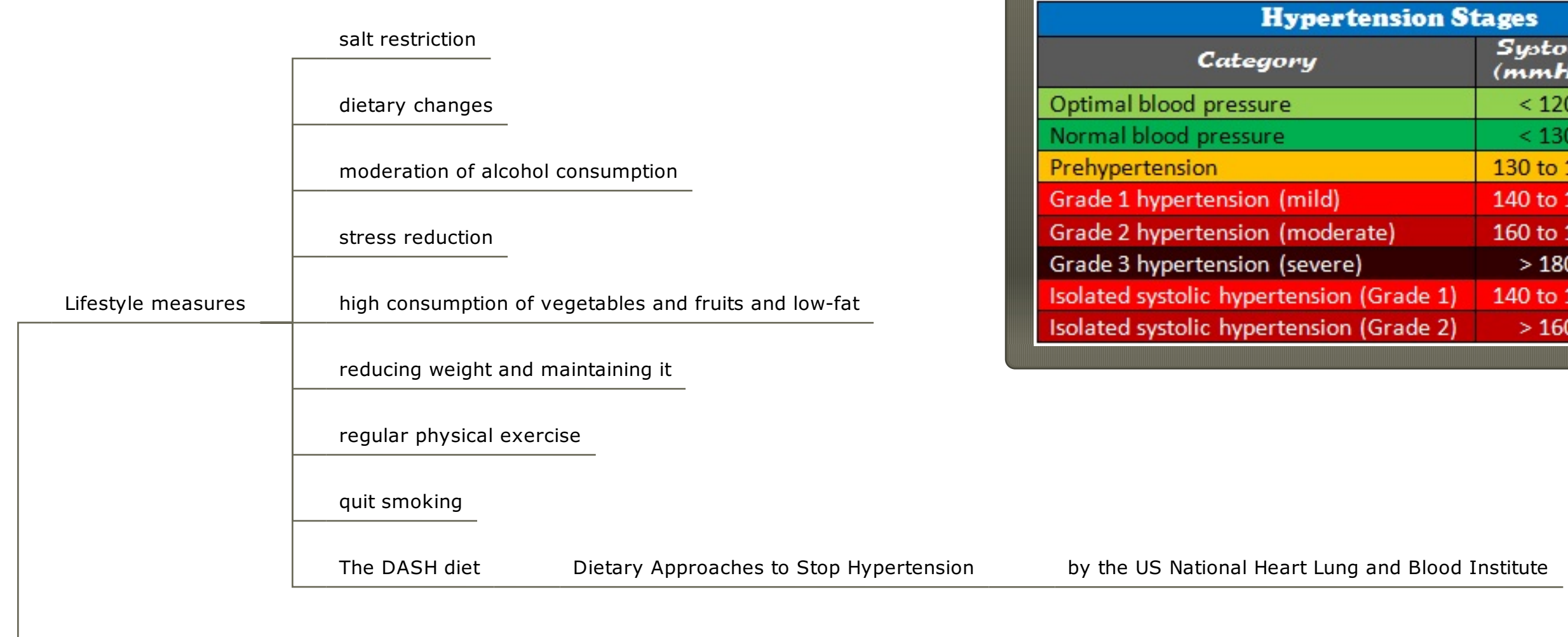
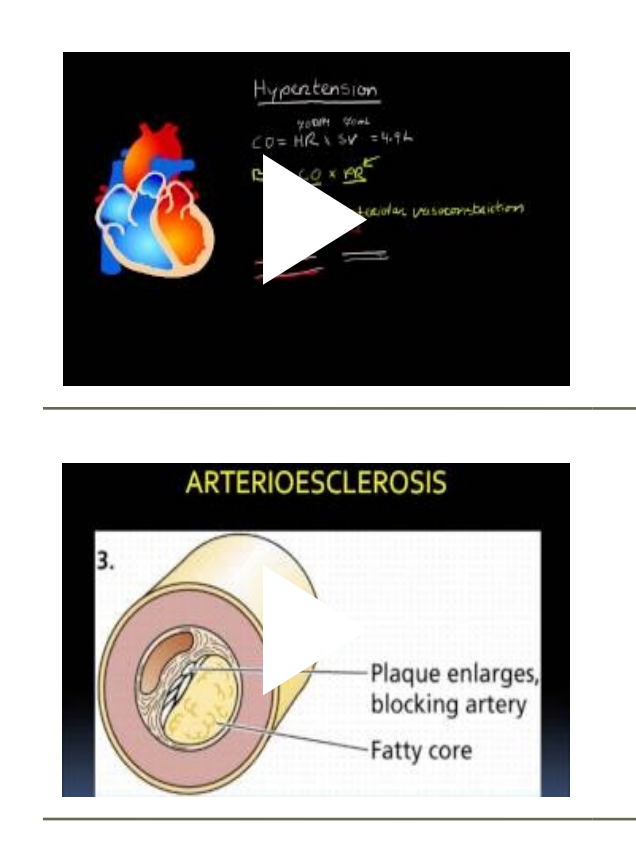
> 140/90 mmHg

- systolic reading: the pressure as the heart pumps blood around the body
- diastolic reading: as the heart relaxes and refills with blood

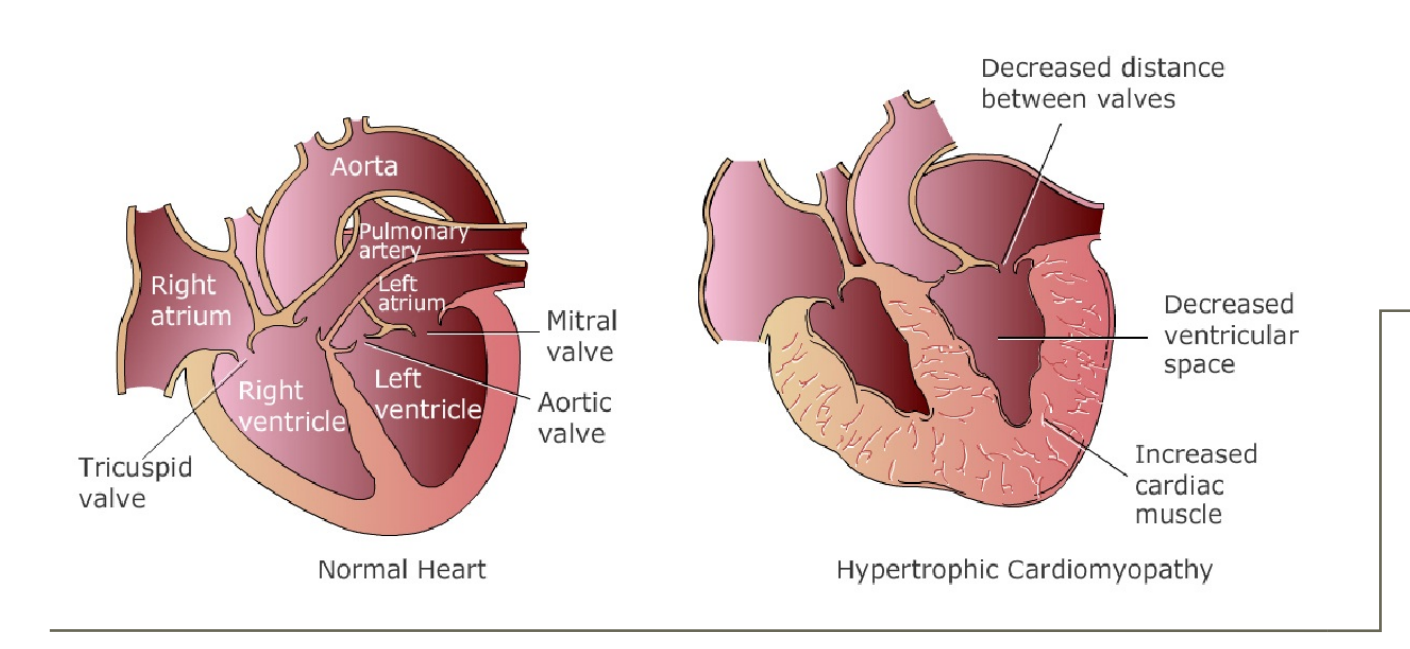


Texts

- English
- Spanish



Hypertension Stages		
Category	Systolic (mmHg)	Diastolic (mmHg)
Optimal blood pressure	< 120	< 80
Normal blood pressure	< 130	< 85
Prehypertension	130 to 139	85 to 89
Grade 1 hypertension (mild)	140 to 159	90 to 99
Grade 2 hypertension (moderate)	160 to 179	100 to 109
Grade 3 hypertension (severe)	> 180	> 110
Isolated systolic hypertension (Grade 1)	140 to 159	< 90
Isolated systolic hypertension (Grade 2)	> 160	< 90



Collaborative Glossary

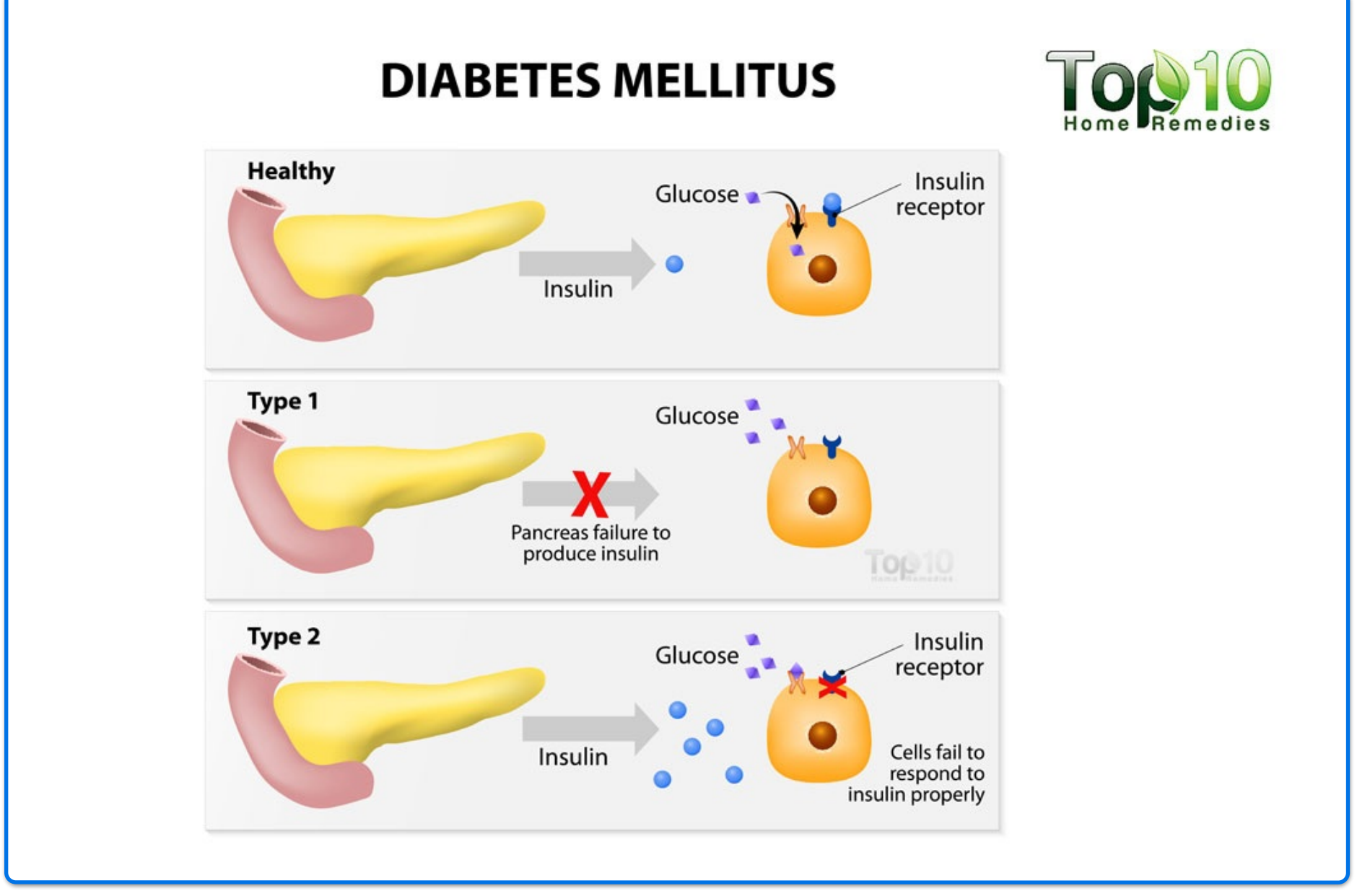
Diabetes Mellitus (DM)

Symptoms

- Type 1
 - Increased thirst
 - Weight loss
 - Increased hunger
 - Frequent urination
 - Extreme fatigue
- Type 2
 - Any of the symptoms in type 1
 - Frequent infections
 - Blurry vision
 - Cuts/bruises that are slow to heal
 - Tingling, pain, or numbness in the hands/feet

Classification

- Prediabetes
 - "juvenile diabetes", "insulin-dependent diabetes"
 - children and young adults
 - The immune system destroys beta cells in the pancreas
 - No insulin production → Blood glucose rises: hyperglycemia
 - Take insulin by injection with a syringe, an insulin pen, or an insulin pump
- Type 1
 - No known causes
 - Always treated with insulin
 - Treatment
 - Meals planning
 - Being physically active
- Type 2
 - The body does not use insulin properly → Insulin resistance
 - Treatment
 - lifestyle changes
 - oral medications (pills)
 - insulin
 - Exact cause unknown
 - Risk factors
 - history of hyperglycemia, prediabetes, and/or gestational diabetes (GDM)
 - overweight and obesity
 - physical inactivity
 - genetics
 - family history
 - race and ethnicity
 - age
 - high blood pressure
 - abnormal cholesterol



Complications

- Skin
 - Bacterial Infections
 - Fungal Infections
 - Itching
 - Acanthosis Nigricans
 - Diabetic Dermopathy
 - Necrobiosis Lipoidica Diabetorum (NLD)
 - Diabetic Blisters (Bullosis Diabetorum)
 - Eruptive Xanthomatosis
 - Digital Sclerosis
 - Disseminated Granuloma Annulare
- Eyes
 - Glaucoma
 - Cataracts
 - Nonproliferative retinopathy
 - Proliferative retinopathy
 - Macular edema
- Neuropathy (Nerve Damage)
 - Peripheral Neuropathy
 - Autonomic Neuropathy
 - Charcot's joint or neuropathic arthropathy
 - Cranial Neuropathy
 - Compression Mononeuropathy
 - Femoral Neuropathy
 - Focal Neuropathy
 - Thoracic/Lumbar Radiculopathy
 - Unilateral Foot Drop
- Foot
 - Neuropathy
 - Skin Changes
 - Calluses
 - Foot Ulcers
 - Poor Circulation
 - Amputation
- Diabetic ketoacidosis (DKA)
 - Warning Signs
 - Ketones
 - Thirst or a very dry mouth
 - Frequent urination
 - High blood glucose (blood sugar) levels
 - High levels of ketones in the urine
 - Constantly feeling tired
 - Dry or flushed skin
 - Nausea, vomiting, or abdominal pain
 - Difficulty breathing
 - Fruity odor on breath
 - A hard time paying attention, or confusion
 - Causes
 - Not enough insulin
 - Not enough food
 - Insulin reaction (low blood glucose)
- Kidney Disease (Nephropathy)
 - Microalbuminuria
 - End-stage renal disease (ESRD)
 - Macroalbuminuria
 - Dialysis
 - Kidney Failure
 - Kidney transplant
- High Blood Pressure (Hypertension)
- Stroke
- Gastroparesis
 - Warning Signs
 - Blood sugar level over 600 mg/dl
 - Dry, parched mouth
 - Extreme thirst
 - Warm, dry skin that does not sweat
 - High fever
 - Sleepiness or confusion
 - Loss of vision
 - Hallucinations
 - Weakness on one side of the body
 - Hyperosmolar Hyperglycemic Nonketotic Syndrome (HHS)
- Hypoglycemia
 - less than 70 mg/dl
 - Also: insulin reaction or insulin shock
 - Signs and symptoms
 - Shakiness
 - Nervousness or anxiety
 - Sweating, chills and clamminess
 - Irritability or impatience
 - Confusion, including delirium
 - Rapid/fast heartbeat
 - Lightheadedness or dizziness
 - Hunger and nausea
 - Sleepiness
 - Tingling or numbness in the lips or tongue
 - Headaches
 - Weakness or fatigue
 - Anger, stubbornness, or sadness
 - Lack of coordination
 - Nightmares or crying out during sleep
 - Seizures
 - Unconsciousness
 - Injectable Glucagon
- Hyperglycemia
 - Causes
 - (DM type 1) not giving yourself enough insulin.
 - (DM type 2) enough insulin, but not as effective as it should be.
 - Eating more than planned or exercising less than planned.
 - Stress from an illness, such as a cold or flu.
 - Other stress, such as family conflicts or school or dating problems.
 - The Dawn Phenomenon: a surge of hormones that the body produces daily around 4:00 a.m. to 5:00 a.m.
 - Signs and symptoms
 - High blood glucose
 - High levels of sugar in the urine
 - Frequent urination
 - Increased thirst

Diagnosis

- A1C test
 - Normal: less than 5.7%
 - Prediabetes: 5.7% to 6.4%
 - Diabetes: 6.5% or higher
- Fasting Plasma Glucose (FPG)
 - Normal: less than 100 mg/dl
 - Prediabetes: 100 mg/dl to 125 mg/dl
 - Diabetes: 126 mg/dl or higher
- Oral Glucose Tolerance Test (OGTT)
 - Normal: less than 140 mg/dl
 - Prediabetes: 140 mg/dl to 199 mg/dl
 - Diabetes: 200 mg/dl or higher
- Random (or Casual) Plasma Glucose Test
 - Diabetes: greater than or equal to 200 mg/dl

American Diabetes Association: Monolingual Glossary

Collaborative Glossary

Medication

- Insulin
 - Rapid-acting insulin: Insulin glulisine (Apidra), insulin lispro (Humalog), and insulin aspart (NovoLog)
 - Regular or Short-acting insulin: Humulin R, Novolin R
 - Intermediate-acting insulin: NPH (Humulin N, Novolin N)
 - Long-acting insulin: Insulin detemir (Levemir) and insulin glargine (Lantus)
 - Inhaled insulin: Technosphere insulin-inhalation system (Afrezza)
- Diabetes Pills
 - DM type 2 only
 - Sulfonylureas
 - Biguanides
 - Meglitinides
 - Thiazolidinediones
 - DPP-4 inhibitors
 - SGLT2 Inhibitors
 - Alpha-glucosidase inhibitors
 - Bile Acid Sequestrants
- Combination Therapy: Diabetes pills + insulin shots

Texts

- English
- Spanish

Videos

