

DIABETES MELLITUS

crónica que aparece cuando el páncreas no produce insulina suficiente o cuando el organismo no utiliza eficazmente la insulina que produce. (HIPERGLUCEMIA)

TIPOS

DIABETES TIPO 1

DIABETES TIPO 2

**DIABETES
GESTACIONAL**

FACTORES DE RIESGO

- *Herencia
- *Obesidad
- *Edad
- *Diabetes gestacional
- *Niños macrosómicos
- *Dislipidemias
- *Sedentarismo

- ↑ sed (polidipsia)
- ↑ ganas de orinar (poliuria)
- hambre (polifagia)
- visión borrosa
- entumecimiento u hormigueo en pies o manos
- llagas que no sanan
- pérdida de peso sin razón aparente
- * sentirse cansado



TIPOS

- La diabetes tipo 1: insulino dependiente, es ocasionada por la destrucción de la célula β , provocado por alteraciones inmunológicas o de causa desconocida (idiopática), produce deficiencia absoluta de insulina.
- Diabetes tipo 2: Resistencia a la acción de la insulina y por falla de las células el cuerpo no produce suficiente insulina o no la usa bien. Por lo tanto, se queda demasiada glucosa en la sangre y no llega lo suficiente a las células.
- La diabetes gestacional: durante el embarazo, la segunda mitad del embarazo, se produce una mayor secreción de hormonas con acción diabetógena, que aumentan la tendencia a la hiperglucemia.



CRITERIOS DE DIAGNOSTICO

Síntomas de
hiperglucemia

Glucemia basal
mayor o igual a
126 mg/dL.
(ayuno 8 horas)

glucosa en plasma
superior o igual a
200 mg/dl
(cualquier
momento del día)

Glucemia a las 2 h de un
sobrecarga oral de 75 g
de glucosa mayor o igual
a 200 mg/dL



COMPLICACIONES

Daños oculares

Daño hepático

Daño Renal

Amputaciones

Vasculares



TRATAMIENTO INTEGRAL DE LA DIABETES

- El principal objetivo es alcanzar un control glucémico aceptable, lo más cercano a la normalidad (70 a 100 mg/dL) para prevenir y tratar la aparición de complicaciones agudas y crónicas de la enfermedad.
- Mantener un peso corporal cercano al ideal, aportando las calorías adecuadas.
- Vigilar y controlar los niveles de los lípidos plasmáticos.
- Presión arterial.
- Proporcionar la cantidad adecuada de energía para mantener el crecimiento y desarrollo normal en niños y adolescentes, así como cubrir los requerimientos nutrimentales en el caso de la mujer embarazada.



**Proteína: 10 - 20%
vct**

**Hidratos de carbono
complejos. 50 a 60%
VCT. Cereales
integrales, arroz,
tortilla, pan, pastas,
avena, galletas
integrales, etc.**

**Restringir la
ingestión de grasa
al 30% o menos
del VCT**

Fibra: 20 – 35 gr

**Sodio (menos de
3 000 mg/día).**



OBESIDAD

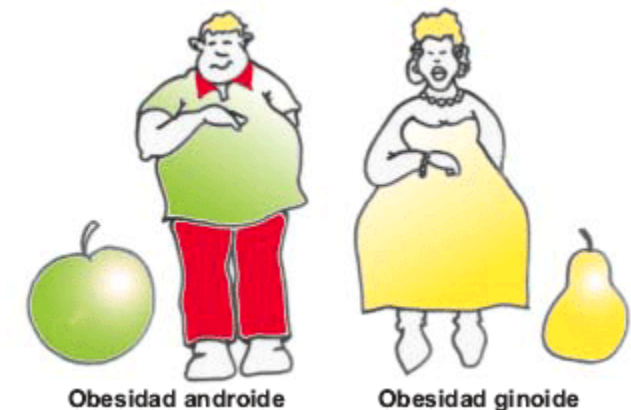
Es una acumulación anormal o excesiva de grasa en el cuerpo que se corresponde con un aumento de peso corporal.

- Factores de riesgo: sedentarismo, herencia, alimentación inadecuada
- Criterios de diagnóstico: IMC: 25 – 29.9 kg/m² sobrepeso, 30 – 34.9 obesidad 1, 35 – 39.9 kg/m² obesidad 2, +40 kg/m² obesidad 3,
- Medidas de cintura: Las cifras normales en hombres son de ≤102 cm y para las mujeres ≤88 cm
- COMPLICACIONES: diabetes mellitus, hipertrigliceridemia, hipertensión arterial, aterosclerosis, lumbalgias.



TIPOS SEGÚN UBICACIÓN DE LA GRASA

- Obesidad androide: localiza la grasa en el tronco, en la mitad superior del cuerpo, sobre todo en la región abdominal. Frecuente en hombres y sus complicaciones implican un mayor riesgo cardiovascular y alteraciones metabólicas.
- Recibe otros nombres, como obesidad abdominovisceral y de tipo manzana.
- Obesidad ginecoide: también llamada gluteofemoral, periférica, o tipo pera, se caracteriza por la acumulación de grasa en caderas, glúteos y muslos, es más frecuente en mujeres.



TRATAMIENTO NUTRICIO

- Lo más importante es inducir al paciente a cambiar sus hábitos de alimentación, el régimen de ésta debe ser personalizado, equilibrado y por lo regular se requiere seguir dietas de bajo contenido calórico.
- Estas dietas hipocalóricas aportan alrededor de 1 200 kcal/día, los hidratos de carbono y constituyen del 50 al 60% de la energía total, las proteínas del 10 al 15% y los lípidos del 25 al 30%, de los cuales menos del 10% deben ser saturados y menos de 200 mg de colesterol.
- El aporte de fibra es recomendable de 20 a 30 g diarios.



ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES

- Las enfermedades cardiovasculares son un conjunto de trastornos del corazón y de los vasos sanguíneos. Se clasifican en:
- hipertensión arterial (presión alta)
- cardiopatía coronaria (infarto de miocardio)
- enfermedad cerebrovascular (apoplejía)
- enfermedad vascular periférica
- insuficiencia cardíaca
- cardiopatía reumática
- cardiopatía congénita
- miocardiopatías.



FACTORES DE RIESGO

- Factores de riesgo causales: Tabaquismo, hipertensión arterial, colesterol total alto o de alta densidad bajo y vejez
- Factores de riesgo predisponentes: Obesidad, sedentarismo, resistencia a la insulina, historia familiar de cardiopatías, factores psicosociales y factores socioeconómicos.
- SINTOMAS: dolor torácico, dificultad para respirar, sensación de opresión en el pecho, infartos, presión arterial elevada, dolor de cabeza.



DIETAS HOSPITALARIAS

DIETAS MODIFICADAS EN CONSISTENCIA O DE PROGRESIÓN

- Dieta de líquidos claros: se proporcionan líquidos a temperatura ambiente, este régimen no cubre los requerimientos energéticos de macronutrientes y micronutrientes
- Aporta entre 500 a 600 kcal y de 120 a 130 g de hidratos de carbono, no se recomienda su uso durante tiempo prolongado (2 a 3 días).
- Alimentos recomendados para dieta de líquidos claros: • Tés • Caldos desgrasados • Jugos de frutas transparentes • Gelatinas de agua • Miel
- Alimentos no recomendados: • Leche • Bebidas a base de leche • Atoles
- Jugos con pulpa.



Dieta de líquidos completos: proporcionan los nutrimentos en cantidad suficiente.

- Puede proporcionar entre 1 200 a 1 800 kcal, 45 g de proteína, 50 g de lípidos y 150 g de hidratos de carbono,
- Se recomienda en: • Pacientes que no puedan masticar: cirugías maxilofaciales o traumatismos en cara y cuello • Pacientes con obstrucción esofágica • Recuperación de cirugías del tracto gastrointestinal que toleraron bien la dieta de líquidos claros
- Los alimentos recomendados son: • Caldos y consomés desgrasados
 - Sopas tipo crema coladas • Galletas Marías licuadas • Atoles de maíz, avena • Frutas y verduras de fácil digestión licuadas • Huevo hervido por 3 minutos. • Carne de pollo y res cocida.



DIETA BLANDA: En ella los alimentos deben poseer textura suave, blanda.

- deben estimular poco el aparato digestivo, siendo de digestión fácil.
- No se aceptan los vegetales crudos ni los cereales completos, tampoco los fritos ni los guisos.
- Igualmente se limitan las grasas, principalmente las de origen animal.
- Están indicadas en varios procesos médicos y quirúrgicos, como postoperatorios, diversas patologías digestivas, síndromes febriles y otros.



DIETAS MODIFICADAS EN NUTRIMENTOS

Dietas hipercalóricas: • Condiciones neurológicas: cirugías de cabeza, enfermedad de Parkinson • Pacientes con quemaduras de segundo y tercer grado • Pacientes con desnutrición energética y proteínico energética.

- Con la incorporación de algunos alimentos, como mantequilla, nueces, cacahuates, pepitas, crema de cacahuete, azúcar, miel, mermelada se logra elevar el contenido energético.

Dietas hipocalóricas: deben de usarse con cuidado, ya que pueden llevar al paciente a una mala nutrición.

- Se utilizan en pacientes con obesidad, para que el equilibrio energético sea negativo y de esta manera llegar al peso deseado.



Dieta hiperproteica: se utiliza para aportar más de 0.8 g/kg/día, va de 1.2 a 2 g/kg/día.

- Se recomiendan a pacientes con:
 - Desnutrición proteínica energética
 - Politraumatismos
 - Cirugías
 - Con quemaduras de segundo y tercer grados
- Pacientes en estado febril
- Pacientes con hipertiroidismo.



HIPOSODICA: Se usan en pacientes con: • Insuficiencia cardiaca.

- Angina de pecho • Enfermedad renal: glomerulonefritis, síndrome nefrótico, insuficiencia renal crónica con hemodiálisis y diálisis.
- Enfermedad hepática; ascitis. • Uso de corticosteroides de manera prolongada
- Hiposódica estándar. Contiene de 1500 a 3000 mg de Na
- Hiposódica estricta. Contiene de 600 a 1000 mg de Na.
- Hiposódica núm. 3 (severa). Contiene de 200 a 400 mg de Na.

