

Tenemos que partir de un punto general para poder llegar a lo particular, así que hablaremos de enfermedades relacionadas a la diabetes mellitus 2 que propician al desarrollo de la patología, es importante entender que nos enfocaremos en que la alimentación ya que un exceso de calorías puede generar sobre peso a largo plazo si estas no son liberadas por medio de actividades físicas, también puede partir de familiares que ya estén confirmadas por diabetes mellitus tipo 2 es más propensos a largo plazo a desarrollar la patología.

HIPERCOLESTEROLEMIA

Se trata la presencia de colesterol en sangre por encima de los niveles considerados normales, debemos tomar en cuenta que se habla de hipercolesterolemia cuando se encuentran valores de HDL < 40 mg/dL, LDL > 160 mg/dL y colesterol total > 200 mg/dL en el perfil lipídico

“El LDL aumenta debido a los ácidos grasos saturados, los cuales son abundantes en las grasas animales, mientras que los ácidos monoinsaturados y poliinsaturados condicionan un aumento del HDL. Existen fármacos denominados estatinas, como el Ramipril y la Simvastatina, que son usados para reducir los niveles de LDL, suelen recetarse acompañados de un control dietético, la reducción del sodio en la dieta y realizar ejercicio físico diariamente”

(Rey Blas & Martín Asenjo, 2014).

Obesidad

La obesidad en México ocupa el segundo lugar nivel mundial, esto quiere decir que la mayoría de patologías son cardiovasculares, podemos encontrar la definición define como “un exceso de grasa corporal o tejido adiposo. Desde el punto de vista práctico se considera el índice de masa corporal (IMC) el método ideal para el diagnóstico de la obesidad, por su buena correlación con la grasa corporal total “

Bierman EL. Obesidad. En: Cecil Tratado de medicina interna. 15 ed. La Habana: Pueblo y Educación;1984 p 2030-9.

El IMC es igual al peso corporal en kilogramos, dividido entre la talla en metros cuadrados ($IMC = \text{peso en kg} / \text{talla en m}^2$). Se considera ideal un IMC entre 20 y 25; sobrepeso entre 25 y 29,9; obesidad grado I de 30 a 34,9 de IMC; obesidad grado II de 35 a 39,9 de IMC y obesidad grado III, extrema o mórbida, con un IMC mayor de 40.

Por encima de 25 de IMC aumentan las probabilidades de eventos relacionados con la enfermedad aterosclerótica y sus consecuencias, como son los cardiovasculares y cerebrovasculares, y las alteraciones metabólicas como la resistencia a la insulina, la diabetes mellitus, las alteraciones de los lípidos y la hipertensión arterial, sin mencionar las neoplasias y los trastornos del tracto gastrointestinal.

Se cree que “en el mundo, todos los años ocurren entre cuatro a cinco millones de muerte súbita y se prevé que para el año 2020 esta cifra sea aún mayor. Esto es debido a una incidencia creciente de los factores de riesgo cardiovasculares, entre ellos la Diabetes.”

EL., B. (1984). *Obesidad. En: Cecil Tratado de medicina interna*. La Habana.

Olga Sotolongo Arró, N. D. (2017). *Comportamiento de los factores de riesgo cardiovascular en diabéticos tipo 2 con muerte súbita*. Punta Brava.