

NUTRICION EN OBESIDAD Y SINDROME

METABOLICO →

Universidad del sureste

Nutrióloga

Daniela Rodríguez

Alumna

Belén Abril Pimentel Cruz

Licenciatura en nutrición

"6°A"

Comitán de Domínguez

3 de junio 2020

DIABETES MELLITUS

Es una enfermedad que se produce cuando el páncreas no puede fabricar insulina suficiente o cuando ésta no logra actuar en el organismo porque las células no responden a su estímulo.

Fisiopatologías

La fisiopatología de la enfermedad involucra un deterioro progresivo de la integridad de las células β pancreáticas

Estas están encargadas de la secreción de insulina en respuesta al incremento de la glucemia.

La muerte celular como consecuencia de la hiperglucemia es un proceso común en los diferentes tipos de diabetes, y el esclarecimiento de los mecanismos involucrados en dicho proceso permitirá.

El desarrollo de nuevas estrategias terapéuticas útiles para prevenir el daño e incluso revertir la pérdida de la masa celular en pacientes con diabetes avanzada

Diagnostico

Existen actualmente cuatro formas clínicas de diagnosticar la diabetes mellitus

La aparición de síntomas de hiperglucemia y una analítica pueden confirmar niveles de glucosa iguales o mayores a 200 mg/dl

Una analítica en ayunas detecta niveles de glucosa en sangre iguales o superiores a 126 mg/dl.

Para que la medición sea correcta, no se puede ingerir ningún alimento calórico 8 horas antes de la analítica

Como se Diagnostico la diabetes

Primeros síntomas de la diabetes

Necesidad de orinar con mucha frecuencia, también llamada poliuria.
Tener mucha sed: polidipsia.
Tener mucha hambre: polifagia

También suele aparecer debilidad, pérdida de peso y molestias digestivas. No obstante, la diabetes mellitus tipo 2 puede no presentar síntomas durante años y diagnosticarse por un análisis de forma casual.

Complicaciones

Las personas con diabetes, ya sea de tipo 1 o tipo 2, son propensas a tener complicaciones como resultado del nivel de glucosa elevado.

Las personas con diabetes mellitus pueden presentar numerosas complicaciones graves que se prolongan en el tiempo.

Comienzan a los pocos meses de iniciarse la diabetes, aunque la mayoría suelen aparecer al cabo de algunos años. Suelen empeorar de forma gradual.

Tipos de complicaciones de la diabetes

- Problemas cutáneos en la diabetes
- Problemas oculares en la diabetes
- Complicaciones vasculares de la diabetes
- Daño renal en la diabetes
- Lesiones nerviosas en la diabetes

Alimentación

La dieta para la diabetes implica comer los alimentos más saludables en cantidades moderadas y cumplir los horarios de comida habituales.

Es un plan de alimentación saludable con alto contenido de nutrientes por naturaleza, y bajo contenido de grasa y calorías.

Una alimentación saludable para un diabético incluye

- Limitar alimentos con altos contenidos de azúcar
- Comer porciones pequeñas a lo largo del día
- Prestar atención a cuándo y cuánta cantidad de carbohidratos consume
- Consumir una gran variedad de alimentos integrales, frutas y vegetales

- Comer menos grasas
- Limitar el consumo del alcohol
- Usar menos sal

Daniela Rodriguez , 2020)

DIABETES MELLITUS



