

Nutrición en obesidad y síndrome metabólico.



- **NUTRICIÓN.**
- Mtra. Daniela Rodriguez.
- Mayo 2020-Agosto 2020
- Kevin Jasiel Cruz Rios.
- Unidad 4

Introducción.

Básicamente se denotara en el siguiente ensayo los detalles con respecto a las enfermedades cardiovasculares con relación a los factores de riesgos más comunes que se encuentran o para determinar la presencia del síndrome metabólico sobre la hipertensión arterial.

Desarrollo.

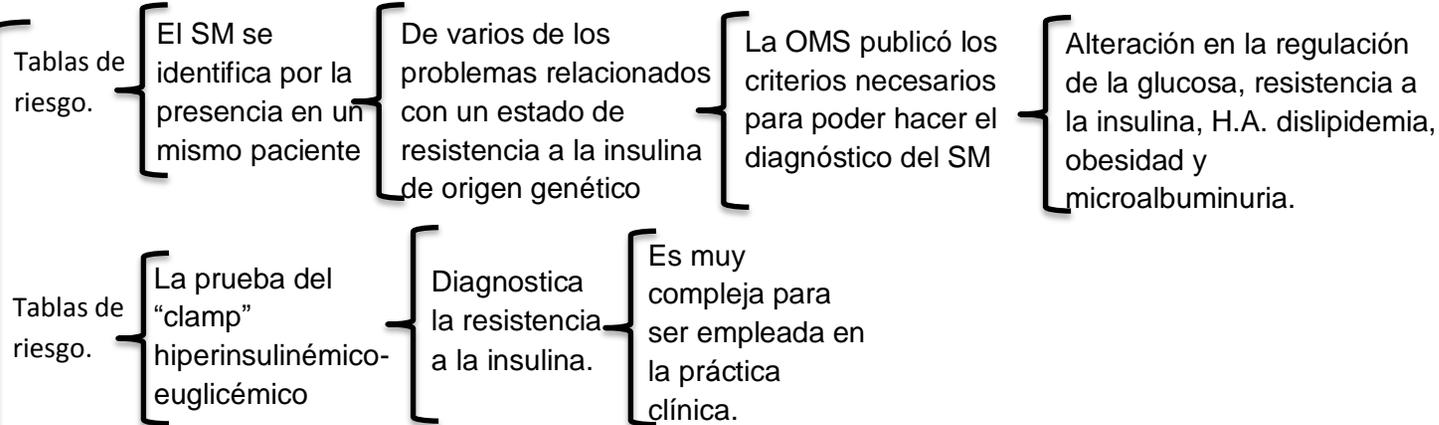
Las enfermedades cardiovasculares se han presentado día con día afectando la población con obesidad o en adultos mayores donde los principales factores de riesgo son el tabaquismo, dislipidemia, diabetes e hipertensión arterial, donde principalmente la dislipidemia, la obesidad, la hipertensión arterial e inclusive la intolerancia a la glucosa se les conoce como cuarteto de la muerte, gracias a Framingham, Score, Reynolds se puede realizar ciertas probabilidades para padecer un evento cardiovascular por medio del uso de tablas de riesgo.

Otros factores de riesgos cardiovasculares predominantes conocidos como emergentes siendo así como la disfunción endotelial, hiperhomocisteinemia, alteraciones de la coagulación, anormalidades de la pared vascular, sobrecarga de hierro se les considera estas patologías como otros factores de riesgo ya que ciertos pacientes no llegan a presentar los factores de riesgos que se mencionó con anterioridad

La OMS que por otra parte nos muestra criterios para poder diagnosticar el síndrome metabólico donde si llega a presentar al menos 2 de los parámetros establecidos se diagnostica síndrome metabólico (alteración en la glucosa, resistencia a la insulina, H.A. dislipidemia, obesidad o microalbumina).

Conclusión.

Desde mi perspectiva es un tema importante ya que nos muestra o entendemos diversos factores de riesgos sobre la H.A. en el síndrome metabólico como también métodos para poder diagnosticarlo mediante artículos importantes y confianza como son de la OMS.



Parámetros principales	Definición
Alteración de la regulación de la glucosa	Glicemia ayuno ≥ 110 mg/dL y/o 2 hr post-carga ≥ 140 mg/dL
Resistencia insulina	Captación de glucosa por debajo del percentil 25 en clamp euglicémico-hiperinsulinémico
Otros parámetros	
Hipertensión arterial	TA $\geq 140/90$ mmHg
Dislipidemia	Triglicéridos ≥ 150 mg/dL y/o colesterol HDL $< 35/39$ mg/dL en H/M
Obesidad	Índice cintura/cadera $> 0,9/0,85$ en H/M y/o IMC > 30 kg/m ²
Microalbuminuria	Excreción en primera orina ≥ 20 mg/g creatinina

Factor de riesgo	Definición
*Obesidad abdominal	**Circunferencia de la cintura > 102 cm (40 pulg) en hombres y > 88 cm (35 pulg) en mujeres
Triglicéridos altos	≥ 150 mg/dL o $\geq 1,7$ mmol/L
Colesterol HDL bajo	< 40 mg/dL o $< 1,03$ mmol/L en hombres y < 50 mg/dL o $< 1,4$ mmol/L en mujeres
Hipertensión arterial	$\geq 130/85$ mmHg
Hiperglicemia en ayunas	≥ 110 mg/dL ó $6,1$ mmol/L

Tabla II. Identificación clínica del síndrome metabólico propuesta por el ATPIII.

Riesgo cardiovascular.

	Enfermedad Cardiovascular grave (tabla Framingham)	Enfermedad CV mortal (tabla SCORE)
Bajo	$< 15\%$	$< 4\%$
Moderado	15-20%	4-5%
Alto	20-30%	5-8%
Muy Alto	$> 30\%$	$> 8\%$

Tabla III. Riesgo de que en los próximos 10 años se produzca un evento cardiovascular.

