


## Nutrición en obesidad y síndrome metabólico.



Lic. en nutrición: Daniela Rodríguez Martínez

Alumna: Ángeles Anarela Aguilar Rodríguez

Actividad: Mapa mental

Sexto cuatrimestre

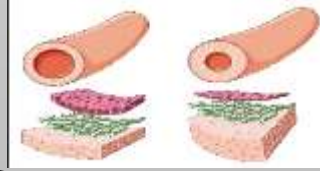
Fecha: 19 de junio del 2020

Comitán de Domínguez Chiapas.

¿Qué es? consiste en un aumento persistente de la presión arterial, la fuerza ejercida por unidad de superficie sobre las paredes de las arterias.



Etiología: hipertensión primaria (herencia) hipertensión secundaria (nefropatías, aldosteronismo, enfermedades del tejido conectivo)



Fisiopatología: la presión arterial depende del gasto cardiaco: aumento del GC, la RPT y Ambos



## HIPERTENSION ARTERIAL

Síntomas: mareo, enrojecimiento facial, cansancio, nerviosismo, dolor de cabeza, pulso rápido.



Alimentación: consumo frecuente de frutas y verduras, cereales integrales, carnes magras.



Signos: normal: <60 años 140/90 mm Hg > 150/90 mm Hg



Complicaciones: daño en los órganos, insuficiencia cardiaca, síndrome metabólico y ataque al corazón.



Cifras de riesgo: En sociedades industrializadas, la PA aumenta con la edad: más del 50% de los americanos de 60-69 años y más del 75% de los que tienen ≥ 70 años presentan HTA.



**Bibliografias:**

<file:///C:/Users/ANGELES/Downloads/Dieto%20terapia%20de%20Krause%2014%C2%B0%20Edici%C3%B3n%20en%20espa%C3%B1ol.pdf>

[http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v33s4/12\\_original.pdf](http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v33s4/12_original.pdf)