

## **NUTRICION EN OBESIDAD Y SINDROME METABOLICO**

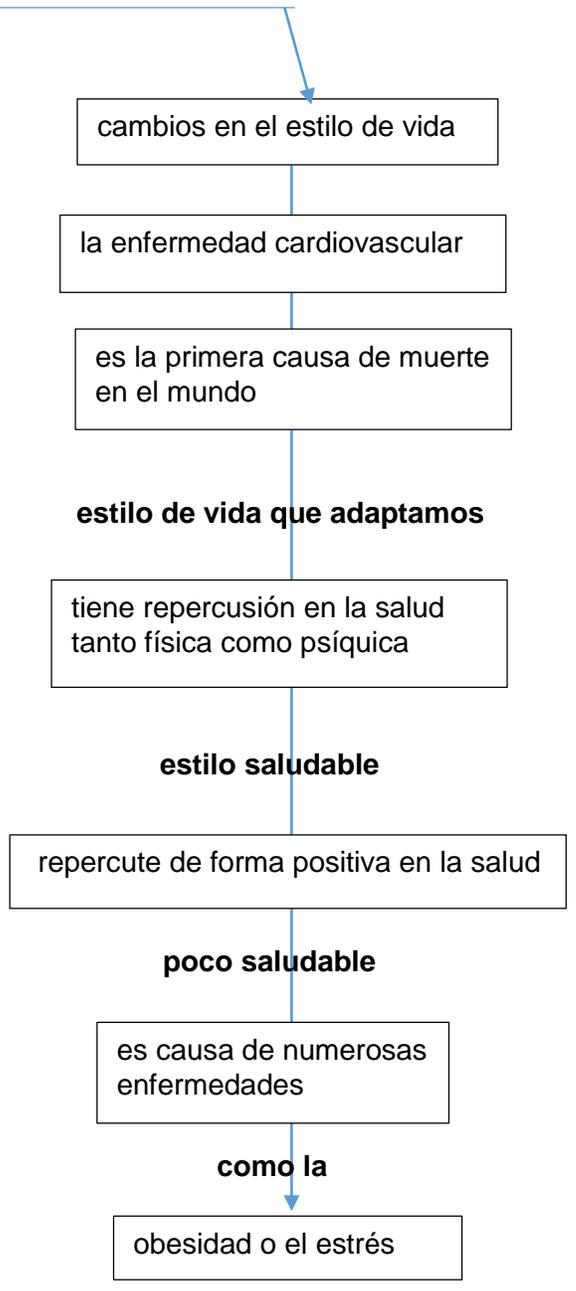
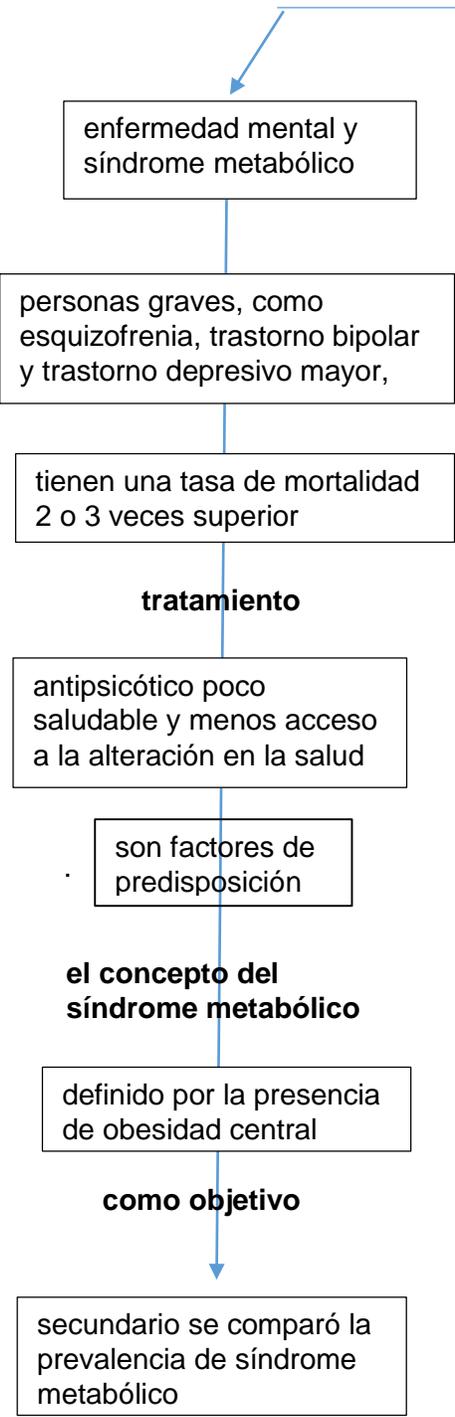
Licenciatura en nutrición  
Sexto cuatrimestre

Nombre del profesor  
Daniela Rodríguez

nombre del alumno  
Andrea yuliana calvo López

Fecha  
31-julio-2020

UNIDAD 4



## **TRATAMIENTO MÉDICO Y NUTRICIONAL DEL PACIENTE CON SÍNDROME METABÓLICO.**

el término síndrome metabólico agrupa varios factores de riesgo cardiovascular, los principales los cuales es la resistencia periférica a la acción de la insulina. la obesidad parece ser uno de los factores desencadenantes más importantes de este estado metabólico, entre otras alteraciones que lo caracterizan. una alimentación correcta y un plan adecuado de actividad física son los principales factores “protectores” para la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles.

para poder comenzar un tratamiento es importante realizarse modificaciones en el estilo de vida de la persona en lo principal es. la disminución de peso, dieta, y actividad física y solamente ver su tratamiento farmacológico cuando las medidas anteriores sean insuficientes.

como una regla general, las personas con SM deben adherirse a un contexto de hábitos dietéticos basados en trans y colesterol, reducción en ingesta de grasas saturadas, reducción en ingesta de azúcares simples y aumento en la ingesta de fruta, verdura y cereales.