21 DE JULIO DE 2020

NUTRICION EN OBESIDAD Y SINDROME METABOLICO

SEXTO CUATRIMESTRE DE NUTRICIÓN

CUATRO SINOPTICO

L.N: DANIELA RODRIGUEZ
Alondra Stephania Aguilar López

ASPECTOS PSICOLÓGICOS

ESTILO DE VIDA

Diversos factores psicosociales se han asociado a factores conductuales como la actividad física y la adherencia a la medicación.

POSICIÓN SOCIOECONÓMICA

Diversos estudios han demostrado que la PSE está inversamente relacionada con el riesgo de ECV. El estudio Whitehall fue uno de los primeros en poner de relieve que las diferencias sociales se asociaban a diferencias en los eventos cardiacos.

PERSONALIDAD TIPO D

Se cree que los individuos de Tipo D experimentan niveles más crónicos de un desasosiego general, que no son fácilmente detectables puesto que no se expresan. En los pacientes con cardiopatía isquémica, la combinación de una elevada negatividad emocional y una gran inhibición social se ha asociado a un aumento a casi el doble en el riesgo de resultados clínicos cardiacos adversos.

PATRÓN DE CONDUCTA TIPO A

La conducta de Tipo A se caracteriza por una ambición intensa, competitividad, urgencia temporal y hostilidad. Los estudios iniciales indicaron que los sujetos con personalidades de Tipo A tenían mayor riesgo de ECV

ENOJO

Los pacientes cardiacos con niveles superiores de enojo y hostilidad presentaban también un riesgo superior, de tal manera que el mayor grado de enojo y hostilidad se asociaba a mal pronóstico cardiaco (HR=1,24).

ESTRÉS

AGUDO

Han puesto de manifiesto que la inducción de estrés reduce el umbral para las arritmias y aumenta la frecuencia de las arritmias ventriculares. Se ha demostrado que tanto el IM agudo como la muerte súbita cardiaca y las muertes de causa cardiaca aumentan tras los desastres naturales, como terremotos y grandes nevadas

CRÓNICO

La combinación de escaso margen de decisión e intensa exigencia del trabajo es lo que tiene mayor capacidad predictiva de la ECV, mientras que el aislamiento no tiene este efecto.

ANSIEDAD

La ansiedad se ha asociado también a un aumento de la mortalidad cardiaca, aunque las observaciones al respecto son mucho menos concordantes y parecen depender, en parte, de la gravedad de la ECV.

DEPRESIÓN

La depresión se ha definido de diversas maneras en la investigación de la ECV y puede ir desde los síntomas depresivos subclínicos hasta un trastorno depresivo mayor (TDM) pleno.

FACTORES DE RIESGO EN EL SÍNDROME METABÓLICO

- EDAD
  - El riesgo de padecer síndrome metabólico aumenta con la edad
- ORIGEN ÉTNICO
  - En los Estados Unidos, los hispanos, en especial las mujeres hispanas, parecen tener el mayor riesgo de desarrollar síndrome metabólico.
- OBESIDAD
  - Tener sobrepeso, especialmente en el abdomen, aumenta el riesgo de síndrome metabólico
- DIABETES
  - Es más probable que tengas síndrome metabólico si tuviste diabetes durante el embarazo (diabetes gestacional) o si tienes antecedentes familiares de diabetes tipo 2
  - DIABETES TIPO 2
    - Si no realizas cambios en el estilo de vida para controlar tu exceso de peso, puedes desarrollar resistencia a la insulina, que puede causar un aumento en los niveles de azúcar en la sangre. Finalmente, la resistencia a la insulina puede provocar diabetes tipo 2
- OTRAS ENFERMEDADES
  - Tu riesgo de síndrome metabólico es más alto si alguna vez tuviste enfermedad del hígado graso no alcohólico, síndrome de ovario poli quístico o apnea del sueño
- ENFERMEDADES DEL CORAZÓN Y CIRCULATORIAS
  - El nivel de colesterol alto y la hipertensión arterial pueden contribuir a la acumulación de plaquetas en las arterias. Estas plaquetas estrechan y endurecen las arterias, lo que puede producir un ataque cardíaco o un accidente cerebrovascular.