



Nombre de alumno: Sandra Guadalupe Suárez Carreri

Nombre del profesor: Lic. Daniela Rodríguez

Nombre del trabajo: **ACTIVIDAD 1:** Cuadro sinóptico –
Diabetes Mellitus Tipo 2

Materia: Trastornos Alimenticios

Grado: 9no

Grupo: A- Nutrición

PASIÓN POR EDUCAR

Diabetes Mellitus Tipo 2

Definición

- Tipo más común de diabetes
- Síndrome heterogéneo originado
- Afección metabólica que provoca una elevación de glucosa en sangre (hiperglucemia) debido a una resistencia celular a las acciones de insulina

Desarrollo

- Primer etapa
 - Insulinorresistencia a nivel del hígado, músculo liso y tejidos adiposo.
 - Resistencia periférica a la insulina
 - Se produce en el músculo estirado, donde disminuye la captación y metabolismo de la glucosa
 - Resistencia central a la insulina
 - Desarrollo en el hígado, donde aumenta la producción de glucosa determinando la hiperglucemia en ayuno
- Segunda etapa
 - Estimulación de la producción de insulina en las células beta
 - Inexistencia de la cantidad suficiente de hormona para contrarrestar la insulinorresistencia aparece la hiperglucemia
 - Indica a presencia de una falla, que puede ser relativa, en la secreción de insulina.
- Tercer etapa
 - Producción de glicolipototoxicidad sobre la célula beta
 - Alteración de la secreción de insulina
 - Aumenta la resistencia de la hormona a nivel hepático y muscular

Factores de riesgo

- Antecedentes HF
 - Hiperglucemia
 - Prediabetes
 - Diabetes gestacional
- Sobrepeso y obesidad
- Falta de actividad física
- Factores genéticos
- Raza y origen étnico
- Edad
- Presión alta
- Colesterol anormal

Signos y síntomas

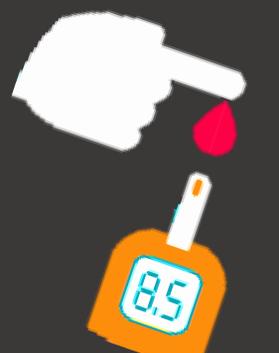
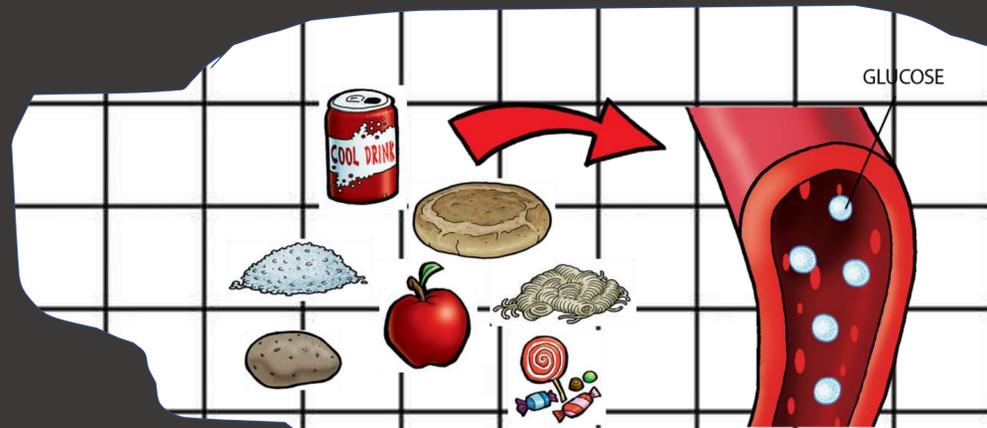
- Mayormente asintomática (solamente hiperglucemia)
- Síntomas diabéticos
 - Poliuria
 - Polidipsia
 - Polifagia
 - Pérdida de peso
- Cuadro metabólico agudo
 - Hiperglucemia hiperosmolar no cetósica
- Obesidad
- Hipertensión arterial
- Dislipidemia
- Complicaciones microangiopáticas o macroangiopáticas

Prevención

- Primaria
 - Promoción de hábitos higienodiabéticos – prevención de obesidad, dislipidemia, hipertensión arterial y complicaciones ateroscleróticas
- Secundaria
 - Cambios dietéticos
 - Práctica de ejercicio físico
 - Posible empleo precoz de fármacos
- Terciaria
 - Evita la aparición y desarrollo de complicaciones
 - Control de glucemia
 - Tratamiento de lesiones renales, retinianas y factores de riesgo cardiovascular

Tratamiento nutricional

- Objetivo
 - Proporcionar un buen estado de salud nutricional
 - Conseguir y mantener normopeso, normalidad de glucemia y lípidos plasmáticos
 - Prevención de complicaciones
 - Prevención y tratamiento de hipoglucemias
- Calorías recomendadas
 - Indicar número de kcal por Kg de peso de acuerdo al nivel de ActF.
 - Sobrepeso- indicar déficit de 400-600 cal/día
 - El cálculo del VCT dependerá del estado nutricional de la persona y de su actividad física
- Distribución de macronutrientes
 - 50% a 60% de CHO'S - *Fundamentalmente complejos*
 - Principalmente polisacáridos
 - Dieta estricta limitar de 45% a 55%
 - Alimentos prohibidos: azúcar de mesa, miel, golosinas, plátano, bollería, cereales blancos, refrescos y jugos de fruta
 - Fibra
 - 30 g de fibra soluble al día : 5 a 6 porciones de fruta y verdura al día
 - 15% a 20% - Proteínas - con nefropatía 10% a 12% s (0,6 g/kg/día)
 - 30% - lípidos - *fundamentalmente MUFA, moderación PUFA*
 - Aceites vegetales como el aguacate y aceite de oliva, carnes magras, limitar el consumo de pescados azules, preferiblemente cancelar el consumo de lácteos (en dietas estrictas)



Fuentes de información:

- Reyes Sanamé, F. A., Pérez Álvarez, M. L., & Figueredo, E. A. (2016). Tratamiento actual de la diabetes mellitus tipo 2. Recuperado 8 de junio de 2020, de Scielo website:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812016000100009
- Mediavilla Bravao, J. J. (2002). la diabetes mellitus tipo 2. Recuperado 8 de junio de 2020, de Elsevier- Medicina Integral website:
elsevier.es/es-revista-medicina-integral-63-articulo-la-diabetes-mellitus-tipo-2-13025480
- M.D, R. B. (2017). Diabetes tipo 2. Recuperado 8 de junio de 2020, de National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases website:
<https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/informacion-general/que-es/diabetes-tipo-2>
- López Stewart, G. (2009). Diabetes mellitus: clasificación, fisiopatología y diagnóstico Diabetes mellitus: classification, pathophysiology, and diagnosis. Med Wave Revista Biomedica Revisada Por Pares. Recuperado de
<https://www.medwave.cl/link.cgi/Medwave/PuestaDia/APS/4315>
- Cánovas, M, B., C. Muñoz, A., & Vázquez, C. (2001). Original Nutrición equilibrada en el paciente diabético (pp. 32–34). Unidad de Nutrición Clínica. Hospital Ramón y Cajal. Madrid. España. Recuperado de
<http://www.nutricionhospitalaria.com/pdf/3217.pdf>
- RECUPERADO: Diabetes tipo 2; SU CONSEJERO AMERICAN DIABETES ASSOCIATION DE DIABETES;
https://professional.diabetes.org/sites/professional.diabetes.org/files/media/Type_2_Spanish.pdf