



**Nombre de alumnos: Julibeth Martínez
Guillén**

**Nombre del profesor: Daniela Rodríguez
Martínez**

**Nombre del trabajo: Diabetes mellitus/
trastornos alimenticios**

**Materia: Trastornos de la cultura
alimentaria**

Grado: 9no cuatrimestre

Grupo: Licenciatura en nutrición

DIABETES MELLITUS

Definición

OMS

Enfermedad crónica que aparece cuando el páncreas no produce insulina suficiente o cuando el organismo no la utiliza eficazmente

Krausse

Enfermedad caracterizada por una concentración elevada de glucosa plasmática secundaria a alteraciones en la secreción de insulina

Desarrollo de la enfermedad

Existe una interacción genético-ambiental que provoca una hiperglucemia en consecuencia a deficiencia en la secreción o acción de la insulina

Factores de riesgo

Modificables

Sedentarismo

Alcoholismo

Mala alimentación

Genética

No modificables

Edad >45

SOP

Signos y síntomas

Polidipsia
Poliuria
Polifagia
Pérdida de peso
Cefalea
Mala cicatrización
Fatiga
Visión borrosa

Prevención

Mejorar hábitos alimenticios y actividad física, educación nutricional

Primaria

Población en riesgo

Secundaria

Población con DM

Terciaria

Población con complicaciones

Tratamiento

Farmacológico

Insulina

Hipoglucemiantes

Nutricional

HC complejos

Disminución de Ip

Actividad física

Monitoreo

Alimentos

Bioquímicos

TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA

Se define como trastornos de la conducta alimentaria a aquellas enfermedades de carácter psiquiátrico caracterizadas por una alteración en los hábitos alimenticios de manera persistente así como también conductas obsesivas de control de peso, el resulta de esto es una alteración importante de salud tanto física como social y psicológica. Entre estos trastornos se encuentra la anorexia, bulimia, pica vigorexia y ortorexia, entre otros.

La anorexia nerviosa, conocida únicamente como anorexia, es caracterizada por la restricción de alimentos de manera voluntaria llevando a la pérdida excesiva de peso, las personas que padecen de esta enfermedad tienen una percepción distorsionada de su peso y de su cuerpo, también sufren de un temor constante a la ganancia de peso.

Existen dos tipos de anorexia nerviosa: de tipo restrictiva y de tipo purgativo:

- a) Restrictivo: El paciente aún no presenta entrega total de conductas compulsivas.
- b) Purgativo: El paciente tiene conductas regulares de carácter compulsivo y purgativo.

La bulimia nerviosa es un trastorno alimenticio en donde el paciente sufre de episodios de comida compulsiva, al tener estos episodios llega un sentimiento de falta de control sobre lo ingerido por lo que intenta compensarlo con vómitos, laxantes, diuréticos u otros medicamentos. Todo con la finalidad de no aumentar de peso. En esta también existen dos tipos de la enfermedad:

- a) De tipo purgativo: aquí el paciente hace uso de laxantes, vómitos y medicamentos con el fin de compensar el atracón.
- b) De tipo no purgativo: el paciente intenta compensar los episodios compulsivos con ayuno y ejercicio excesivo.

La pica es una enfermedad que se caracteriza por la ingestión de productos no nutritivos e inusuales por ejemplo: basura, papel, tierra, jabón, etc. Muchos de los pacientes llegan a sufrir de alguna intoxicación u complicación de carácter digestivo

En cuanto a la vigorexia, se trata de aquella enfermedad psiquiátrica en la cual existe un trastorno obsesivo compulsivo que implica que la persona se obsesione con sus imperfecciones, lo que hace que perciba una imagen distorsionada de sí misma. La enfermedad deriva en un cuadro obsesivo compulsivo que hace que el vigorexíco desarrolle pensamientos negativos sobre él mismo, abandone sus actividades cotidianas e invierta todo su tiempo en realizar ejercicio físico.

Ortorexia es un término que procede del griego (ortho, justo, recto, y orexia, apetencia), así que "ortorexia significa "apetito correcto", aunque hoy en día denominamos así a un trastorno que consiste en la obsesión por la comida sana". (Bratman, 2000).

Las causas para este tipo de trastornos suelen ser las mismas para todas ya que estos individuos comparten rasgos muy similares o los mismos en forma de un patrón de conducta y son:

1. Personas con comportamientos compulsivos
2. Generalmente se da en adolescentes aunque no hay una edad establecida
3. Haber sufrido bullying o burlas respecto al físico o al peso
4. Personas con trastorno de la personalidad.
5. Sucesos traumáticos
6. La causa principal de estos trastornos son factores sociales como la influencia social.
7. En el caso de la pica se da principalmente por el embarazo o ser menor de 5 años.

Los síntomas y signos más comunes para estas patologías son: Miedo al aumento de peso o a la obesidad incluso cuando el peso se encuentra por debajo de lo

recomendable, percepción distorsionada del cuerpo, su peso y proporciones, amenorrea en mujeres, constante sensación de frío, crecimiento anormal de vello corporal, excusas para evitar comidas, reducción progresiva de los alimentos, obsesión por la imagen corporal, irritabilidad, hipotensión, arritmias cardíacas, disminución de la masa ósea, se frena la velocidad de crecimiento, disminución de motilidad intestinal, anemia, estreñimiento, uñas quebradizas, pérdida de cabello, problemas dentales, fatiga, cefalea, dolor abdominal mialgias y artralgias.

Los síntomas para la pica suelen ser alrededor de las complicaciones en caso de tener obstrucciones intestinales o intoxicación, por lo general el único signo de padecer pica sin tener complicaciones es la ingesta de productos inusuales de consumir.

Los trastornos de la alimentación se diagnostican según los signos, los síntomas y los hábitos de alimentación que posea la persona. Por lo general, las evaluaciones y las pruebas comprenden las siguientes:

- Exploración física: El médico realiza un examen para descartar otras causas médicas que expliquen los problemas de alimentación. También puede indicar análisis de laboratorio.
- Evaluación psicológica: El psicólogo o psiquiatra hace preguntas sobre los pensamientos, sentimientos y hábitos alimentarios. También puede realizar cuestionarios de autoevaluación psicológica.
- Otros estudios: Pueden hacerse otros estudios para comprobar si el paciente tiene complicaciones relacionadas con el trastorno de la alimentación. Como análisis de sangre y orina.

El tratamiento de un trastorno de la alimentación generalmente incluye un tratamiento integral.

Debe ser tratado por médicos que probablemente recomendarán medicamentos y psicólogos o psiquiatras según sea el caso, ellos determinaran el tipo de terapia que utilizarán. Esto puede comprender lo siguiente:

1. Terapia familiar: La terapia familiar es un tratamiento basado en la evidencia para los niños y los adolescentes que tienen trastornos de la alimentación. La familia participa y se asegura de que el niño u otro miembro de la familia siga pautas de alimentación saludable y mantenga un peso saludable.
2. Terapia cognitivo-conductual: La terapia cognitivo-conductual se usa con frecuencia en el tratamiento del trastorno de la alimentación, sobre todo en el caso de la bulimia y del trastorno alimentario compulsivo. El paciente aprende a controlar y mejorar sus hábitos alimentarios y sus estados de ánimo, a tener la capacidad para resolver problemas y a explorar maneras saludables de afrontar las situaciones estresantes.

También deben ser tratados por profesionales de la alimentación como los nutriólogos, ellos recomendarán tratamiento nutricional. Se inicia el tratamiento con la realimentación, en ocasiones puede provocar molestias digestivas, ya que el cuerpo no está acostumbrado a ingerir alimentos. Posterior a ello se tratan las deficiencias nutricionales y otras complicaciones que puedan presentarse.

La valoración de la nutrición abarca la anamnesis de la dieta y la valoración de los índices bioquímicos, metabólicos y antropométricos del estado nutritivo. De acuerdo a esto el nutriólogo decidirá el tiempo y tipo de tratamiento a utilizar.

Como profesionales de la salud, específicamente en nutrición, nuestro papel más importante es brindar la educación alimentaria suficiente desde etapas tempranas de la vida, con esto se busca que el individuo con el paso del tiempo tenga un control de sus alimentos y su estado de nutrición, conozca de manera correcta los alimentos óptimos para él y su manera de consumirlos, también se debe complementar siempre con demás aspectos como el psicológico y médico, por lo que debe acostumbrarse al niño desde pequeño a asistir a terapias y evaluaciones de salud, la prevención siempre será la mejor manera de tratar este tipo de trastornos y entre más temprano se reconozca la presencia de alguno de ellos mejor.

FUENTES DE CONSULTA

Kathleen L, Scott S, Raymond J. 2013. Krause dietoterapia. 13° edición. Elsevier: México. Recuperado el 12 de junio de 2020.

Reyes F, Pérez M, Alfonso E, Ramírez M, Jiménez Y. 2016. Tratamiento actual de la diabetes Mellitus tipo 2. Recuperado el 12 de junio de 2020 de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1560-43812016000100009

Organización Mundial de la Salud. 2020. Diabetes. Recuperado el 12 de junio de 2020 de https://www.who.int/topics/diabetes_mellitus/es/

Mayo Clinic. 2020. Diabetes. Recuperado el 12 de junio de 2020 de <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/diabetes/symptoms-causes/syc-20371444>

Martínez J. 2015. ¿Cuáles son los factores de riesgo para desarrollar diabetes mellitus tipo 2?. Recuperado el 12 de junio de 2020 de <https://redgdps.org/gestor/upload/GUIA2016/P3.pdf>

Manual MSD. 2020. Pica. Recuperado el 12 de junio de 2020 de <https://www.msmanuals.com/es/professional/trastornos-psiqui%C3%A1tricos/trastornos-de-la-conducta-alimentaria/pica?query=Pica>

Cuidate plus. 2016. Vigorexia. Recuperado el 12 de junio de 2020 de <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psiquiatricas/vigorexia.html>

Alimmenta. 2018. ¿Qué es la ortorexia?. Recuperado el 12 de junio de 2020 de <https://www.alimmenta.com/trastornos-alimentarios/ortorexia/#:~:text=Este%20trastorno%20fue%20definido%20en,obsesi%C3%B3n%20por%20la%20comida%20sana.>

Cuidate plus. 2015. Anorexia. Recuperado el 12 de junio de 2020 de <https://cuidateplus.marca.com/enfermedades/psiquiatricas/anorexia.html#:~:text=Su%20causa%20es%20desconocida%2C%20pero,que%20pueda%20ejercer%20el%20entorno.>

Mayo Clinic. 2020. Trastornos de la alimentación. Recuperado el 12 de junio de 2020 de [mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/eating-disorders/diagnosis-treatment/drc-20353609#:~:text=Diagn3B3Dstico,ayuden%20a%20precisar%20un%20diagn3B3Dstico](https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/eating-disorders/diagnosis-treatment/drc-20353609#:~:text=Diagn%C3%B3stico,ayuden%20a%20precisar%20un%20diagn%C3%B3stico)