

# Universidad del Sureste

**Licenciatura en Medicina Humana**

**Materia:**

**Fisiopatología III.**

**Trabajo:**

**Investigación.**

**Docente:**

**Dr. Marco Polo Rodríguez Alfonso.**

**Alumno:**

**Citlali Berenice Fernández Solís.**

**Semestre y grupo:**

**4º "A"**

**Comitán de Domínguez, Chiapas al 11 de septiembre de 2020.**

## IMPACTO DE LA REDUCCIÓN DE PESO (10 KG O MÁS) EN LAS VARIABLES PSICOBIOLOGICAS DEL PACIENTE:

- Presión arterial:

La reducción de peso disminuye las cifras de tensión arterial y aumenta el efecto hipotensor del tratamiento farmacológico. Asimismo, puede reducir significativamente otros factores de riesgo cardiovascular asociados, como la diabetes y la hipercolesterolemia.

- Glucosa / resistencia a la insulina:

Perder peso puede ayudar a mejorar los niveles de glucosa en la sangre, la presión arterial y los niveles de colesterol.

Los beneficios de bajar de peso han sido reconocidos en pacientes con diabetes. El cambio más desafiante en el estilo de vida para las personas que viven con diabetes es comer balanceado y practicar regularmente actividades físicas como parte esencial del manejo de la enfermedad. Perder unos cuantos kilos a través de El ejercicio y comidas balanceadas pueden ayudar al control de la diabetes.

- Lípidos:

Los lípidos son vitales para nuestra existencia, ya que llevan a cabo funciones de reserva energética (triglicéridos), función estructural (protegen a nuestros órganos), función hormonal (los esteroides regulan nuestro metabolismo y nuestras funciones de reproducción), funciones de comunicación celular y muchas más funciones vitales. Por lo tanto, creo que hay que dejar de ver a las grasas como unas apestadas e intentar entender que son fundamentales para nuestra supervivencia y salud.

El exceso de masa corporal está directamente asociado a una disminución de las tasas de eliminación de lípidos adiposos.

Eso es lo que nos afecta, a medida que envejecemos y facilita el aumento de peso, no obstante los cambios de dieta o ejercicio que hagamos, dijeron los científicos.

- Psicológico: El impacto a nivel psicológico en las personas que llegan a reducir su peso es principalmente existe:

1. Cambios positivos en la percepción del cuerpo:

En relación al tema de la imagen del cuerpo, el total de los entrevistados mencionan que antes de que bajaran de peso a ellos no les agradaba la imagen que reflejaban ante el espejo y ahora se sienten felices de la imagen que proyectan y para mantenerse firmes en el propósito de controlar su peso. Tienen en mente los beneficios obtenidos y el alto riesgo de volver al peso anterior. Al respecto Rodin (1993) menciona que la mayoría de las personas obesas desean ser delgadas y cambiar la imagen de su cuerpo, ya que se sienten menos atractivos porque piensan que un cuerpo atractivo es un cuerpo delgado. Ante esta convicción, se preocupan

por su cuerpo, sintiéndose culpables y avergonzados. La mayoría de los entrevistados narran su desagrado al verse en el espejo, aberración por tomarse fotos o sentirse de mayor edad antes de su proceso de bajar de peso.

2. Cambios positivos en el autoestima:  
el corregir y mejorar la imagen propia implica deshacerse de los conceptos negativos acerca de sí mismos. Esto significó un gran reto para algunas de las personas que tuvieron éxito en mantener el peso y aunque no les fue fácil romper con la percepción que tenían de ellos mismos. Es impresionante observar como su autoestima se incrementó en muchos aspectos de su vida, ya que el total de las personas dicen sentirse más desinhibidas, con capacidad para relacionarse con los demás, contentas consigo mismas, y sobre todo con una gran seguridad de realizar cualquier cosa que se propongan.
3. Enfrentamiento de situaciones emocionales:  
La comida es para muchos un remedio magnifico para el estrés, el aburrimiento y la depresión, utilizándola como válvula de escape. Además el estrés incrementa hormonas que interactúan con regiones cerebrales que facilitan conductas no habituales como lo es el comer compulsivamente (Pattia, 2002). El total de los entrevistados afirman que antes de bajar de peso las situaciones de estrés las mitigaban con la comida; ahora ha cambiado para ellos el significado y la asociación de la comida con estados emocionales, por lo que cada uno de ellos ha encontrado alguna manera de controlar sus emociones sin que esto resulte en un correr al refrigerador.

Fuentes de información:

Guía de práctica clínica. Recuperado de [http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000971cnt-2017-06\\_guia-practica-clinica\\_obesidad.pdf](http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000971cnt-2017-06_guia-practica-clinica_obesidad.pdf)

Martha; C. (2009). Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2110/211014822003.pdf>

Nutrición clínica. Recuperado de <https://revista.nutricion.org/PDF/PONSSALA.pdf>