

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**E.L.N GUADALUPE FLORES ZAVALA**

**L.N NEFI ALEJANDRO SÁNCHEZ GORDILLO**

**CUADRO SINÓPTICO**

**MATERIA NUTRICIÓN EN EL SOBREPESO Y OBESIDAD**

**OCTAVO CUATRIMESTRE**

**LIC. NUTRICIÓN**

**TAPACHULA CHIAPAS A 17 DE ENERO DEL 2021**

# SITUACIÓN ACTUAL

## Epidemiología

El sobrepeso es mayor en las mujeres con 73.0 por ciento, que en los hombres con 69.4 por ciento, al igual que la prevalencia de obesidad

los resultados en la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2006 del sobrepeso, reportaban una prevalencia mayor en hombres que en mujeres adultas de 37.4 por ciento de las mujeres y 42.5 de hombres

El promedio nacional es de 29.4 por ciento de personas obesas en México hasta 2006

Las cifras son preocupantes dado la mortalidad que surge del padecimiento de sobrepeso y obesidad.

Para el año 2012 la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición indica que la prevalencia combinada de sobrepeso u obesidad sigue en aumento

Chiapas en el año 2006 era de los estados con menor incidencia con 63.9 por y el estado de mayor prevalencia era Tamaulipas

Las cifra va en aumento en Chiapas con 64.3 por ciento, con un aumento de 4 % en 6 año

La obesidad está considerada una enfermedad que origina problemas de morbilidad y mortalidad

El síndrome metabólico que es el conjunto de 3 o mas alteraciones.

Circunferencia de cintura mayor a 102 cm en los varones y a 88 cm en las mujeres.

la obesidad tiene un efecto negativo en la función reproductiva femenina

lo mas frecuente es el hiperandrogenismo en mujeres por el tejido adiposo es un sitio activo de producción y metabolismo de esteroides

Los signos son hirsutismo, ciclos anovulatorios, amenorrea, disminución de la fertilidad, menarca temprana o tardía y menopausia temprana e infertilidad

En hombre se relaciona con oligoesperma, impotencia y niveles bajos de testosterona, debilitan la reproducción sexual

## Clasificación y cuantificación

La clasificación de la (OMS) reconoce como sobrepeso todo IMC por arriba de 25kg/m<sup>2</sup> y subclasifican a la obesidad en tres clases.

Obesidad tipo I porcentaje de grasa del sitio de acumulación. IMC  $\geq 30$ - 34.9m<sup>2</sup>.

Obesidad tipo II androide, se dice que es el exceso de grasa subcutánea en el tronco y el abdomen con IMC  $\geq 35$ - 39.9 kg/m<sup>2</sup>.

Obesidad tipo III, exceso de grasa abdominal visceral y exceso de grasa en la región glútea y femoral IMC  $\geq 40$  kg/m<sup>2</sup>

La distribución de la adiposidad corporal con predominio en el tronco y de segmento superior del cuerpo se relaciona con mayor riesgo

Hipertensión, intolerancia a la glucosa, diabetes mellitus tipo II, hiperlipidemia e hiperinsulinismo y problemas de relacionados con la fertilidad

La obesidad se produce por el resultado de un desbalance energético, aumento de la ingesta o por reducción del gasto energético

Existen 2 divisiones de la obesidad de clasifica en primaria por una ingesta elevada e inadecuada.

La obesidad secundaria que se deriva de una patología

La obesidad primaria se puede ver como un desequilibrio de energía requerida y la energía gastada

El tejido adiposo es el único tejido del cuerpo que puede cambiar su tamaño en la edad adulta. tiene capacidad de aumentar el volumen y el numero celular, dependiendo de la necesidad de almacenar energía

La obesidad secundaria se asocia al acumulo de grasa corporal excesivo procedentes de factores genéticos, hipotalámicos.

Endocrinopatías, presentan un insulinoma y aumento de cortisol

## Componentes del peso corporal

Se divide el cuerpo en masa grasa, comprendiendo toda la grasa incluida la del encéfalo, esqueleto y tejido adiposo

La grasa del cuerpo se divide en esencial o almacenada.

La grasa esencial es necesaria para el funcionamiento fisiológico normal,

Se encuentra en pequeñas cantidades en la medula ósea, el corazón, pulmones, el hígado, el bazo, los riñones, los músculos y los tejidos

La masa sin grasa, que se divide en agua, proteínas y componentes minerales o masa corporal magra

se considera como el principal determinante del metabolismo basal.