

Viernes 09 de abril de 2021

Materia: sobrepeso y obesidad

Docente: Daniela Rodríguez Martínez

Nombre de la alumna: Jesimiel Ortega Gómez

Tema: mapa mental unidad 4

Cuatrimestre: 8tvo

Carrera: Nutrición



Algunos medicamentos son: Dietilpropión
 Mazindol
 Fentermina
 Sibutramina
 Orlistat
 Fenfluramina y dexfenfluramina

Es apropiado para los casos que están en riesgo de complicaciones debido a su obesidad, y quienes no tienen contraindicaciones para el uso de medicamentos.

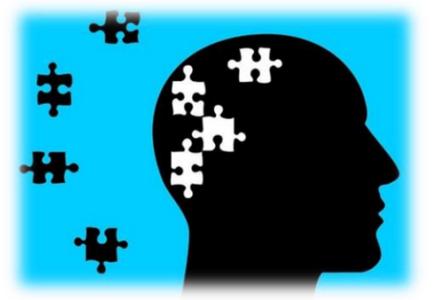
Farmacológico

Se basa en técnicas de autocontrol que permiten identificar y controlar tu conducta, mediante la manipulación de antecedentes y consecuencias, con los que la conducta se relaciona



Psicológico

- Automonitoreo
- Control de estímulo
- Flexibilidad en el programa de alimentación
- Reestructuración cognoscitiva
- Recompensas
- Cambios de actitud al comer
- Prevención de recaídas



TRATAMIENTO

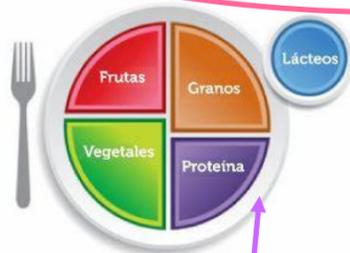
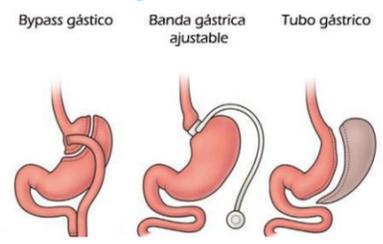
Educación nutricional

Quirúrgico

Los métodos quirúrgicos son los únicos que pueden ofrecer resultados favorables a medio y largo plazo en pacientes con obesidad mórbida.

Tipos

- Cirugía bariátrica.
- Gastrectomía tubular o manga gástrica.
- Técnicas mixtas



Dietético

Este tratamiento va acompañado de la voluntad del paciente, y el ejercicio
 El ejercicio ayuda a mantener el diferencial entre energía ingerida y consumo energética.

Las dietas hipocalóricas se caracterizan por tratar de compensar las pérdidas nitrogenadas del cuerpo, por lo que suelen ser hiperproteicas y pobres en lípidos e hidratos de carbono.



Las estructuras de estos programas son similares, en lo básico, en todos los países.

Programas de educación nutricional



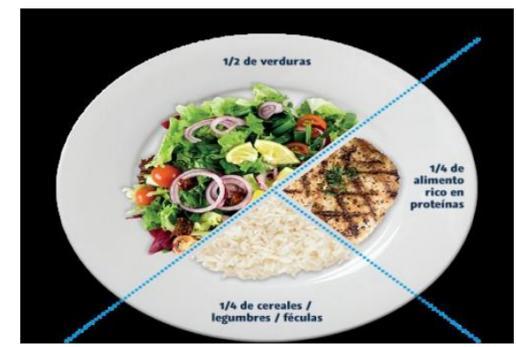
Programa de Educación en Alimentación y Nutrición EDALNU



Las actuaciones y dificultades para alcanzar el éxito de los programas de educación nutricional están bien definidas y analizadas y sus resultados se encuentran todavía lejos de los deseables

La prevención y promoción de la salud requiere una verdadera voluntad política que integre y coordine instituciones y recursos, desde la convicción de que la salud es un valor que lleva al bienestar físico, psíquico y social

Un componente clave para el cambio de hábitos alimentarios



No hay programa sanitario que deje de incluir entre sus objetivos la educación nutricional de la población como medio esencial de los programas de prevención y promoción de la salud.

Bibliografía

UDS. (2021). antologia de sobrepeso y obesidad . En *sobrepeso y obesidad* (págs. 76 – 94. 104 - 106). comitan chiapas : UDS.