UNIVERSIDAD DEL SURESTE

"Pasión por educar"

Sobrepeso y obesidad.

- NUTRICIÓN.
- Enero 2021-Abril 2021
- Kevin Jasiel Cruz Rios.

Tratamientos.

Tratamiento farmacológico.

Objetivos.

- Reduce el apetito
- Incrementa la termogénesis.

Especialmente para

Pacientes de IMC mayor de 30 y C.C. en mujeres mayor a 80 cm y hombres mayor de 102 cm

Y que tenga.

hipertensión, diabetes o dislipidemia.

Dietilpropión.

Función.

Reduce peso hasta 10.5 kg en 6 meses.

Mazindol

Función.

Para pacientes con enfermedades cardiacas y reduce 14 kg en 12.5 meses.

Orlistat.

Función.

Reduce un 30% la obsorcion de la grasa.

Dietas ricas en grasas y carbohidratos.

específicamente.

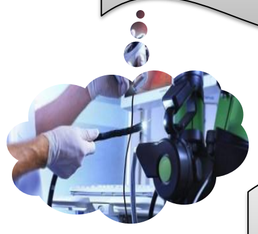
Se genera por factores genéticos, malos hábitos alimenticios o sedentarismo.

la obesidad

Tratamiento quirúrgico.

endoscopia.

Consigue alcanzar pérdidas de peso superiores



C. Bariatrica.

Existen 3 tipos: las restrictivas, las malabsortivas y las mixtas.

La restrictiva.

inducen la pérdida de peso al reducir el tamaño o la capacidad gástrica

Las malabsortivas

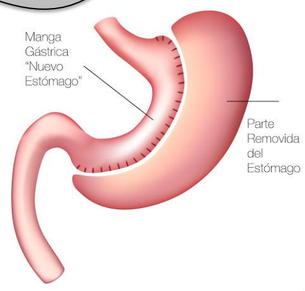
influyen sobre la absorción de los alimentos y presentan más riesgo y complicaciones en el tiempo

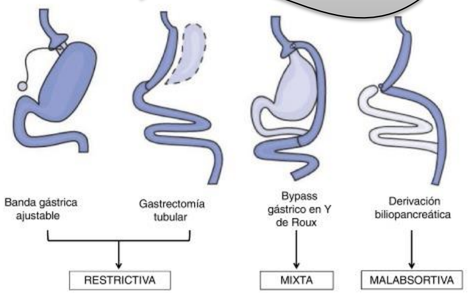
Las mixtas.

interrumpen la absorción de los nutrientes y alimentos ingeridos.

Manga gástrica.

consiste en seccionar y resecar dos terceras partes del estómago





Tratamiento dietético.

Dieta hipocalórica.

-800 kcal/día.

Perfil calórico.

HC: 50-60%

PROT: 4 Kcal/gr.

LIP: 20-30%

Recomendación alimentaria.

- Dieta variada.
- Alimentos ricos en fibra.
- Platillos sencillos.
- Evitar ayunos
- Consumo de agua 2lt.
- Ejercicio.
- Usar platos pequeños

Obesidad.

Desequilibrio de gasto energético.

Bajo tiempo limitado.

Bajar 5% de peso.

Consumirlo con.

Polivitamínicos.

Proteínas 15%

300 kcal/día.

El ejercicio es indispensable.

Educación nutricional.

Educación nutricional.

Las campañas educativas esporádicas y las acciones aisladas no son útiles para conseguir conductas alimentarias permanentes

Básicamente.

Los buenos hábitos alimentarios de una población tienen su origen en las pautas educativas recibida

Programas.

Programa PERSEO

Código PAOS