



Nombre del alumno: Adrián Guadalupe Díaz Álvarez

Nombre del profesor: Lizbeth Flores Vazquez

Nombre del trabajo: mapas conceptuales

Materia: nutrición clínica

Grado: 3 cuatrimestre

Grupo: B

Diabetes

Definición

Enfermedad crónica e irreversible del metabolismo en la que se produce un exceso de glucosa o azúcar en la sangre y en la orina; es debida a una disminución de la secreción de la hormona insulina o a una deficiencia de su acción

Tipos de diabetes

Las personas con diabetes tipo 1 necesitan aplicarse inyecciones de insulina o utilizar una bomba de insulina. La diabetes tipo 2, es cuando el cuerpo no puede utilizar la insulina que produce y, a la larga, no produce suficiente

Síntomas

Algunas veces, no hay síntomas. Cuando los síntomas aparecen, suelen incluir sed o micción excesivas, fatiga, pérdida de peso o visión borrosa

Diagnóstico

Exámenes de sangre: Glucemia en ayunas.
Se diagnostica diabetes si el nivel de glucosa en ayunas es de 126 mg/dl (7.0 mmol/L) o superior en dos exámenes diferentes. Los niveles entre 100 y 125 mg/dl (5.5 y 7.0 mmol/L) se denominan alteración de la glucosa en ayunas o prediabetes

Tratamiento nutricional

Limitar alimentos con altos contenidos de azúcar.

Comer porciones pequeñas a lo largo del día.

Prestar atención a cuándo y cuánta cantidad de carbohidratos consume.

Consumir una gran variedad de alimentos integrales, frutas y vegetales.

Comer menos grasas.

Limitar el consumo del alcohol.

Usar menos sal

Obesidad

Definición

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. El índice de masa corporal (IMC) es un indicador simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso y la

Tipos de obesidad

Obesidad grado 1 (de bajo riesgo), si el IMC es de 30 a 34,9. Obesidad grado 2 (riesgo moderado), si el IMC es de 35 a 39,9. Obesidad grado 3 (de alto riesgo, obesidad mórbida), si el IMC es igual o mayor a 40. Obesidad grado 4 (obesidad extrema), si el IMC es igual o mayor a 50.

Síntomas

La obesidad se caracteriza por un índice de masa corporal igual o superior a treinta. El síntoma principal es la grasa corporal excesiva, que aumenta el riesgo de padecer problemas de salud graves

Diagnóstico

El diagnóstico de la obesidad se basa en el examen físico y la historia médica del paciente. Es importante el cálculo del IMC para confirmar que es mayor a 30 kg/m² para determinar la severidad de la obesidad

Tratamiento nutricional

Introducir abundantes frutas y verduras crudas o cocidas (al menos cinco unidades al día), lácteos desnatados, cereales integrales.

Seleccionar cortes magros de carnes y pescados. ...

Vigilar las cantidades e intentar disminuir poco a poco el consumo de sal y alcohol

Enfermedades cardiovasculares

Definición

Afección cardíaca que se manifiesta mediante vasos sanguíneos enfermos, problemas estructurales y coágulos sanguíneos

Diagnóstico

Análisis de sangre. ...
EKG/ECG (electrocardiograma) ...
Prueba de la tensión. ...
Ecocardiografía. ...
Angiografía coronaria y cateterización cardíaca. ...
Pecho X Ray. ...
Tomografía calculada del Electrón -Haz o EBCT. ...
MRI cardiaco

Tipos de enfermedades cardiovasculares

Enfermedad de las arterias coronarias. ...
Defectos cardíacos congénitos. ...
Arritmia. ...
Miocardiopatía dilatada. ...
Infarto de miocardio. ...
Insuficiencia cardíaca. ...
Miocardiopatía hipertrófica. ...
Insuficiencia de la válvula mitral.

Síntomas

Los síntomas varían ampliamente, desde dolor en el pecho hasta palpitaciones. En algunos casos, no se presentan síntomas

Tratamiento nutricional

La dieta mediterránea está considerada como la más cardiosaludable, es decir, la que mejor ayuda a prevenir las enfermedades cardiovasculares. Es una dieta que se caracteriza por un alto contenido de frutas, verduras, pescado azul, legumbres, frutos secos y aceite de oliva.