

BIOMETRIA HEMATICA

La biometría hemática es un estudio médico también conocido como hemograma. Se centra en observar y examinar la sangre, pero más específicamente las células que están presentes en ella, es decir, los glóbulos rojos, glóbulos blancos y plaquetas.

VALORES NORMALES DE BIOMETRIA HEMÁTICA

- Hemoglobina (Hb). Mujeres: 12.1 - 15.7 g/dl. Hombres: 13.8 - 17.2 g/dl
- Leucocitos. De 4500 a 10,000 células/mcL
- Eritrocitos. Mujeres: 4.2 - 5.4 millones de células/mcL.
Hombres: 4.7 - 6.1 millones de células/mcL
- Plaquetas: 150,000 - 400,000 U/mcL
- Hematocritos (Ht). Mujeres: 36.1 - 44.3% Hombres: 40.7 - 50.3%

QUIMICA SANGUINEA

La prueba de química sanguínea básica ayuda a examinar de 3 a 6 elementos como la glucosa, urea, creatinina, ácido úrico, colesterol y triglicéridos.

VALORES OPTIMOS

- Glucosa: 70 - 110 mg/dl
- Ácido úrico: Mujeres 2.5 - 6 mg/dl. Hombres 4.5 - 8 mg/dl
- Colesterol: menos de 200 mg/dl
- Urea: menos de 40 mg/dl
- Triglicéridos: menos de 100 mg/dl
- Creatinina: menos de 0.96 mg/dl en mujeres
menos de 1.3 mg/dl en hombres.

Lunes
03/05/21

NUTRICION EN OBESIDAD Y SINDROME METABOLICO

INTOLERANCIA A LA GLUCOSA

La intolerancia a la glucosa también conocida como "prediabetes" es una consecuencia de la resistencia a la insulina y se refiere a una etapa en donde la insulina que produce el páncreas es insuficiente para metabolizar el azúcar en sangre, lo que hace que el nivel de glucosa se mantenga elevado, sin embargo, aunque los niveles de glucosa se encuentren por encima de lo normal, no puede clasificarse como diabetes.

RESISTENCIA A LA INSULINA

La resistencia a la insulina se define clínicamente por la incompetencia de una concentración determinada de insulina (exógena o endógena) para incrementar la utilización celular de la glucosa. Por tanto, a idéntica insulinemia menor retirada de glucosa circulantes y peor rendimiento como combustible metabólico celular en los órganos diana de la acción hormonal.

DISLIPIDEMIA

Es la elevación de las concentraciones plásmaticas de colesterol, triglicéridos o ambos, o una disminución del nivel de colesterol asociado a HDL que contribuyen al desarrollo de aterosclerosis.

OBESIDAD CENTRAL

Se dice que hay obesidad abdominal cuando la grasa intraabdominal es igual o superior a 130 cm^2 , sin embargo, la definición de la obesidad central se basa en el perímetro de la cintura ya que existe una buena correlación entre el perímetro de la cintura y la grasa intraabdominal.

La obesidad central tiene más trascendencia clínica que la obesidad periférica, ya que el tejido adiposo intraabdominal es metabólicamente más activo que el periférico. Así, libera ácidos grasos y citocinas que son la causa de las alteraciones en el metabolismo lipídico y de los HCO, lo que facilita a la RI.

PAS

Sistólica

Diastólica

≥ 90

≥ 60

hipotensión

91 a 119

61 - 79

Normal

120 - 129

> 80

elevada

130 - 139

80 - 89

Etapa 1 HTA

≤ 140

≤ 90

Etapa 2 HTA

≤ 180

≤ 120

Etapa 3 HTA

Niños entre 1 y 5 años

65 / 95 mmHg

II II 6 y 13 años

70 / 105 mmHg

Jóvenes II 14 y 19 años

77 / 117 mmHg

Personas entre 20 y 60 años

80 / 120 mmHg