



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

MATERIA: Nutrición en Obesidad y Síndrome Metabólico

ACTIVIDAD → Cuadro sinóptico

DOCENTE: LN. Nefi Alejandro Sánchez Gordillo

ALUMNA: Xochitl Perez Pascual

Sexto cuatrimestre

grupo: "A"

Tapachula Chiapas 13/06/2021

Diabetes mellitus

Tratamiento

Alimentación adecuada

- HC: consumo frecuente de legumbres, verduras, cereales y frutas.
- Proteínas: consumo moderado de productos cárnicos, siendo preferible el consumo de pescado, incluyendo el pescado azul, y las aves.
- Grasa: se prefiere el aceite de oliva.

DM y enfermedad cardiovascular

La obesidad y el sedentarismo conducen a la resistencia a la insulina, estado que precede a la diabetes tipo 2 y que suele acompañarse de otros factores de riesgo cardiovascular como la dislipidemia, la hipertensión y factores protrombóticos.

Hipertensión arterial

Se define por la presencia de valores de presión arterial superiores a la normalidad: presión arterial sistólica (PAS) ≥ 140 mmHg y/o presión arterial diastólica (PAD) ≥ 90 mmHg. Sin embargo, en el adulto mayor, algunos autores sugieren cifras de PAS ≥ 160 mmHg y PAD ≥ 90 mmHg para hipertensión sisto-diastólica.

Bibliografía

Obesidad y control de peso laguna camacho, antonio trillas.

Anderson, j.; et al. (2008). "Cholesterol-lowering effects of psyllium hydrophilic mucilloid for hipercholesterolemis men". Arch. Intern. Med.

Dana, sHeila.; brandon, l. (2009). "Efficacy of Slendesta® potato extract".

Kemin Health Technical literature. KHBB-017-047. eWe, k.; UebersCHaer, b.; press ag. (2013). "Influence of senna, fibre and fibre plus senna on colonic transit in loperamida-induced constipation.