



Nombre del alumno: Viviana Moreno Aguilar.

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillén.

Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico.

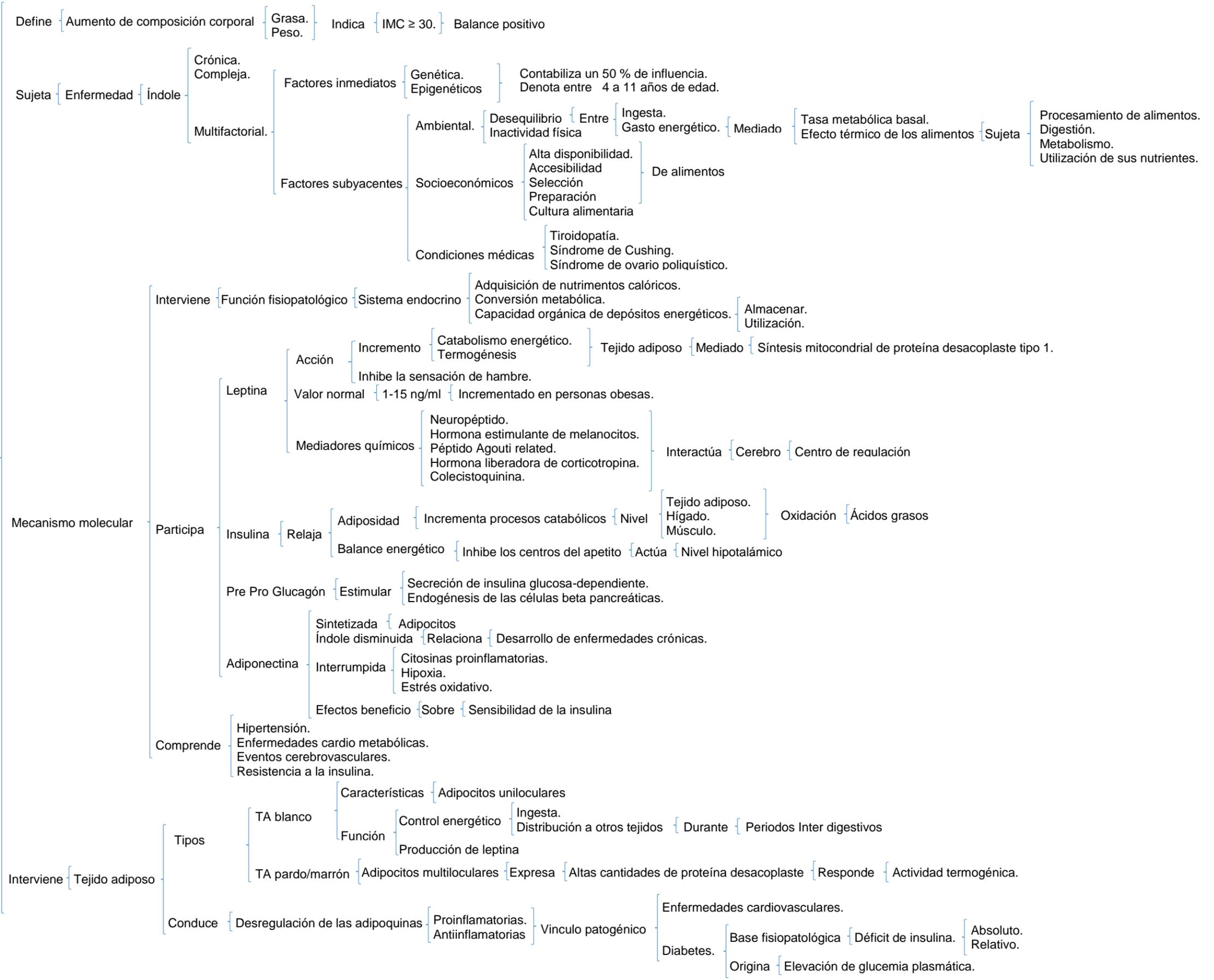
Materia: Nutrición en enfermedades cardiovasculares.

Grado: Sexto cuatrimestre.

Licenciatura: Nutrición.

Comitán de Domínguez Chiapas a 27 de julio de 2021.

Nutrición y obesidad



Nutrición y obesidad

Interviene { Tejido adiposo { Conduce { Desregulación de las adipoquinas { Proinflamatorias. Antiinflamatorias } Vinculo patogénico } Diabetes.

Tipos { Según la distribución de grasa { Androide. Ginoide.

Compromete { Resistencia a la insulina { Condición que altera la disposición de glucosa circulante { Ante { Acción de la insulina. Afecta { Hígado. Músculo esquelético. Tejido adiposo. Cerebro. Causas { Desórdenes alimenticios Ingestión de carbohidratos refinados y grasas insaturadas. Sedentarismo. Estrés crónico. Síndrome metabólico. Anomalía en la cascada de señalización de insulina. { Receptor específico { Proteína quinasa B { Isoforma Akt2 { Media la sensibilidad insulínica. Genética. Aumento de células grasas. Cambios hormonales { Involucra { Hormona del crecimiento. Corticoides. Hormonas sexuales. Compromete { Homeostasis { Glucosa. Metabolismo { Lípidos. Proteínas. Prevención { Modificación personalizada del estilo de vida. { Dieta reducida en calorías. Aumento de actividad física. Terapia conductual.

Complicaciones { Nefropatía diabética. Retinopatía diabética. Neuropatía periférica y/o autónoma. ECV. Infecciones. Ceguera. Glucemia. Clasificación { DM tipo I. DM tipo II { Relaciona { Obesidad. Estilo de vida. Antecedentes. { Sedentarismo. Alimentación alta en grasas y calorías. Permite { Granos enteros. Frutas enteras. Aceite de oliva. Frutos secos. Alimentos de origen animal. { Carnes magras. Alimentos ricos en fibra. Evitar/moderar. { Bebidas azucaradas. Refrescos. Zumos de fruta. Comida rápida. Harinas refinadas. Pasta. Patata. Dietas aconsejables { Hipocalórica. Hipohidrocarbonatada. Mediterránea.

Tratamiento nutricional { HC { índice glucémico { Compara respuestas posprandiales { Mide { Nivel de glucosa sanguíneo. Parámetro { Alto { Aumento rápido de glucosa. Bajo { Aumento lento de glucosa. Beneficio { Mejorar la calidad de alimentación. Evitar picos rápidos de hiperglucemia. Factores implicados { Cocción. Madurez de los vegetales. Combina { Fibra soluble. "Grasas buenas".

Bibliografía:

Universidad del Sureste. (2021). *Libro de Nutrición en enfermedades cardiovasculares*, de PDF. Unidad 4, págs., 70-90.

Sitio web:

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/84dd312c392bd82c075e325328437ace-LC-LNU602.pdf>.