



**Nombre de alumnos: José Andrés
Mondragón Aguilar**

**Nombre del profesor: Joanna Judith
Casanova Ortiz**

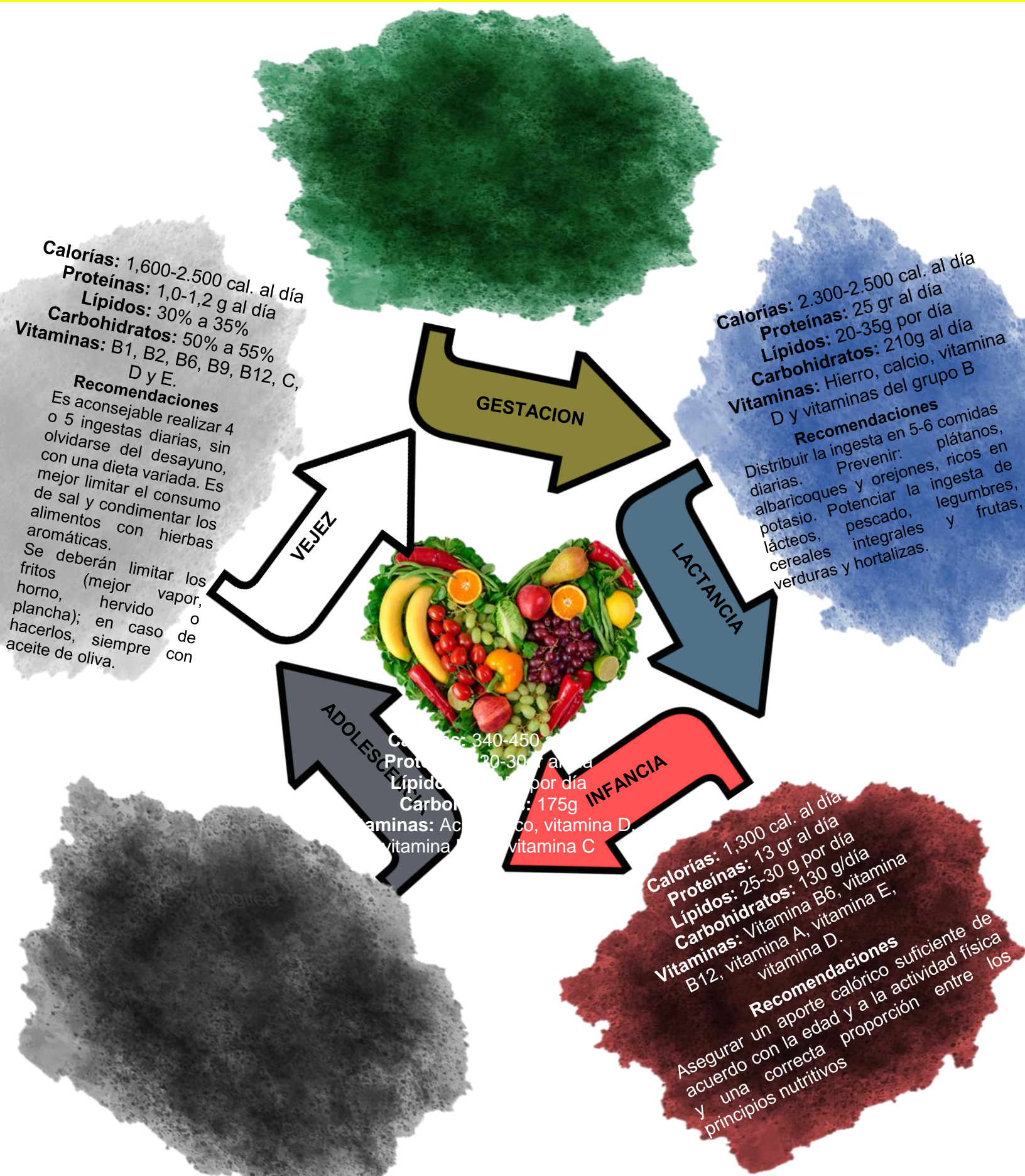
Nombre del trabajo: Súper Nota

Materia: Nutrición

Grado: 3

Grupo: “B”

ALIMENTACIÓN Y DIETÉTICA EN DIFERENTES SITUACIONES FISIOLÓGICAS



OBESIDAD

¿QUÉ ES?

Es una acumulación anormal o excesiva de grasa en el cuerpo que se corresponde con un aumento de peso corporal.



¿Cómo diagnosticarlo?

$$\frac{\text{Peso en KG}}{\text{Estatura (m)} \times \text{Estatura (m)}}$$

EJEMPLO

$$\frac{78\text{KG}}{1.64\text{m} \times 1.64\text{m}} = 29.00 \text{ IMC}$$

Sacando el Índice de Masa Corporal de la persona.

Complicaciones



- Diabetes mellitus
- Hipertrigliceridemia
- Hipertensión arterial
- Aterosclerosis
- Lumbalgias

Clasificación

Clasificación	IMC (Kg/m ²)
Normal	18.5 - 24.9
Sobrepeso	25 - 29.9
Obesidad grado I	30 - 34.9
Obesidad grado II	35 - 39.9
Obesidad grado III	Más de 40

Tratamiento nutricional

Estas dietas hipocalóricas aportan alrededor de 1.200 kcal/día, los

Lo más importante es inducir al paciente a cambiar sus hábitos de alimentación, el régimen de ésta debe ser personalizado, equilibrado

y por lo regular se requiere seguir dietas de bajo contenido calórico.

hidratos de carbono y constituyen del 50 al 60% de la energía total, las proteínas del 10 al 15% y los lípidos del 25 al 30%, de los cuales

menos del 10% deben ser saturados y menos de 200 mg de colesterol.

El aporte de fibra es recomendable de 20 a 30 g diarios.

DIABETES

¿Qué es?

Condición que aparece cuando el páncreas no produce insulina suficiente o cuando el organismo no utiliza eficazmente la insulina que



- Diabetes tipo 1
- Diabetes tipo 2
- Diabetes gestacional

¿Cómo se diagnostica?

- Síntomas de hiperglucemia
- Glucosa en sangre superior a 126 mg/dl en ayuno o igual a 200 mg/dl



- Hormigueo en pies o manos
- Llagas que no sanan
- Pérdida de peso sin razón aparente

Tratamiento nutricional

- Hidratos de carbono complejos. 50 a 60% VCT. Cereales integrales, arroz, tortilla, pan, pastas, avena, galletas, integrales, etc.
- Restringir la ingestión de grasa al 30% o menos del VCT.
- Proteína: 10 - 20% vct.
- Fibra: 20 - 35 gr.

Complicaciones

- Daños oculares
- Daño hepático
- Daño renal
- Daños vasculares



NUTRICION ENTERAL Y PARENTAL

¿Qué es?

ENTERAL

Técnica de soporte nutricional que consiste en administrar los nutrientes directamente en el tracto gastrointestinal mediante sonda.

PARENTAL

Técnica que permite el aporte de macro y micronutrientes por vía intravenosa cuando no pueden absorberse por vía gastrointestinal.

Vías de administración

Nasogástrica
Nasoduodenal
Nasoyeyunal

Gastrostomía
Yeyunostomía

Periférica
Central
Ambulatoria

Tipos

Culinarias o artesanales

Formulas enterales

Ventajas

Más fisiológico
Más barato
Protege barrera bacteriana e inmunológica

100% absorción
Completa infusión continua