

UNIVERSIDAD DEL SURESTE



*LICENCIATURA EN NUTRICIÓN*

- › *MATERIA: Sobre Peso y Obesidad*
  
- › *ACTIVIDAD → Mapa conceptual*
  
- › *DOCENTE: L.N. Nefi Alejandro Sánchez Gordillo*
  
- › *ALUMNA: Xochitl Perez Pascual*
  
- › *Octavo cuatrimestre: grupo "A"*

Tapachula, Chiapas, 03 de abril 2022

# Tratamientos de la obesidad

## Dietético

Requerimientos nutricionales

Recomendaciones de dieta

Contenido proteico  
25 y el 50%

Contenido lipídico  
30%

Fibra: 10 a 30 g/día

Vitaminas y minerales  
100%

Hco: 90 g/día

Agua: 2 l/día

Variada

Personalizada

Aumento en fibra

Disminuir grasa

Evitar periodos largos de ayuno

Moderar la sal

## Farmacológico

Objetivos

Ejemplos

Reducción del apetito

Mejorar absorción de nutrientes

Incremento de termogénesis

Dietilpropión

Mazindol

Fentermina

Sibutramina

Orlistat

Fluoxetina y sertralina

Fenfluramina y desx fenfluramina

## Quirúrgico

Métodos

Tratamiento endoscópico

Cirugía bariátrica

Gastrectomía tubular

Extirpación del aparato digestivo

## Fototerapia

Plantas

Gengibre

Mostaza

Cayena

Canela

Té verde

Guaraná

Ananás

## Educación nutricional

Es necesaria la educación a los pacientes en cuanto a su conducta alimentaria. Mostrar que es sano y qué no lo es. Lograr que gracias a esta información, se modifiquen los hábitos regulares en saludables.

# Tratamientos de la obesidad

## Estrategias de educación en la nutrición

Los programas de educación nutricional tienen que dar respuesta a una necesidad de las poblaciones tan básica como la alimentación saludable, y esta respuesta debe ser realista en términos económicos, sociales y culturales.

Es

Estrategia NAOS  
(Plan Integral de Nutrición, Obesidad y Actividad Física)

Sectores

Se creó el Programa PERSEO en la escuela, como nivel idóneo y privilegiado para las acciones educativas.

Se planteó el Código PAOS (autocontrol de la publicidad alimentaria) para responsabilizar a las empresas agroalimentarias que dan información a través de la publicidad.

Se creó un observatorio de la obesidad que permitiera evaluar la efectividad de las acciones educativas que se llevan a cabo.

Invertir la tendencia de obesidad con especial énfasis en la obesidad infantil.

Prevenir el desarrollo de trastornos del comportamiento alimentario.

## Bibliografía

UDS. (2022). Situación actual: conceptos. En UDS, *Sobre Peso y Obesidad* (págs. 76-102). Tapachula.