

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.