



# UDES

## Mi Universidad

### Súper Nota

*Nombre del Alumno: LEONARDO DANIEL CALZADA CARDENAS*

*Nombre del tema: Nutrición Enteral y Parental, Sobrepeso y Obesidad, Diabetes Mellitus y Plato del buen Comer*

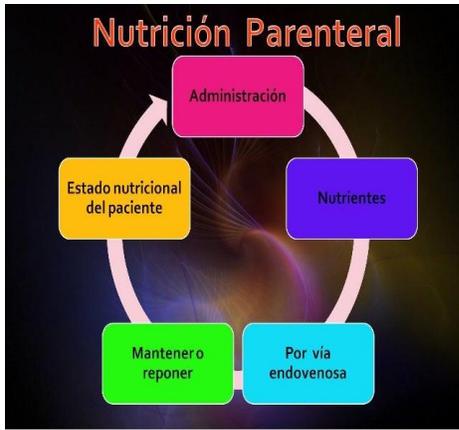
*Parcial: 3ª parcial*

*Nombre de la Materia: Nutrición Clínica*

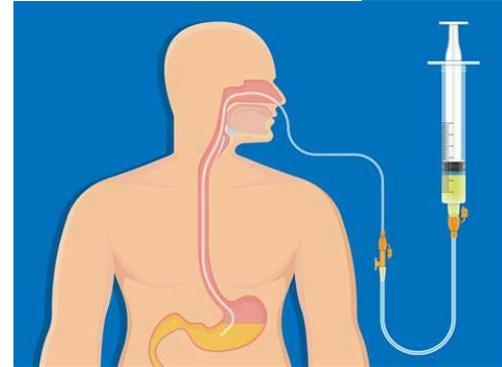
*Nombre del profesor: JOANNA JUDITH CASANOVA*

*Nombre de la Licenciatura: Lic. enfermería*

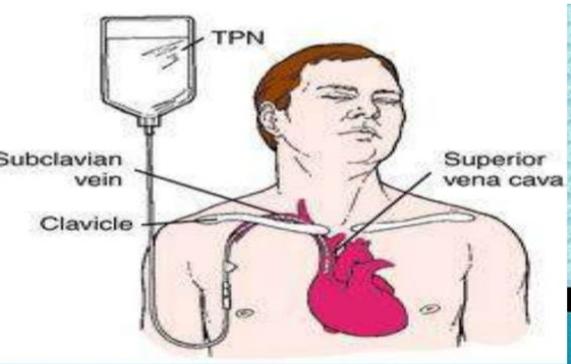
*Cuatrimestre 3ª*



La nutrición enteral y parenteral también llamada alimentación artificial es un **método utilizado en personas con desnutrición o alguna enfermedad que les impide alimentarse enteral**, se realiza por medio de una sonda la cual va conectada directamente alguna vía digestiva como lo son el estómago, duodeno o yeyuno, eliminado así la etapa bucal y esofágica de la digestión.



La nutrición enteral y parenteral son **dos medios de brindar nutrición a las personas que no pueden digerir los alimentos normalmente**. Los mecanismos son diferentes, pero el objetivo general es el mismo: es decir, proporcionar nutrición y, por lo general, también medicación directamente en el cuerpo de los pacientes.



## NUTRICION ENTERAL Y PARENTAL

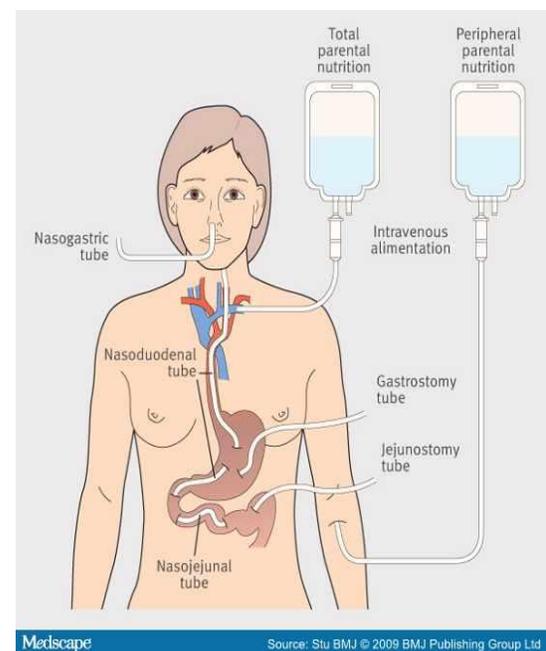
La **nutrición parenteral** es la que por vía intravenosa aporta al paciente los elementos nutritivos que necesita. Este tipo de nutrientes suelen ser: carbohidratos, proteínas, grasas, vitaminas, azúcares, vitaminas etc. La **nutrición enteral** consiste en la administración de nutrientes de diversos tipos a través de una sonda.



### NUTRICIÓN ENTERAL Y PARENTAL



La elección del dispositivo de nutrición enteral (NE) y su ubicación, son determinantes. Los dispositivos de acceso enteral se pueden desglosar en dos grupos: el primero, es el de los accesos a corto plazo que se mantendrán por un tiempo menor o igual a 4 semanas, éstos se insertan por **vía nasal** o por **vía oral**.

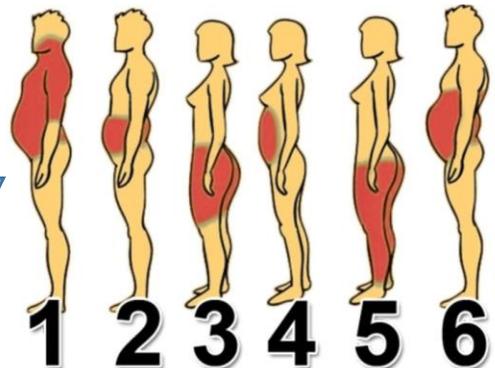


Los términos "sobrepeso" y "obesidad" se refieren a un peso corporal que es mayor de lo que se considera normal o saludable para cierta estatura. El sobrepeso generalmente se debe a la grasa corporal adicional. Sin embargo, el sobrepeso también puede ocurrir debido a exceso de músculo, hueso o agua. Las personas con obesidad generalmente tienen demasiada grasa corporal.

(IMC: 20-24,9 kg/m<sup>2</sup>). Sobrepeso: (IMC: 25-29,9 kg/m<sup>2</sup>). Obeso: (IMC: >= 30 kg/m<sup>2</sup>).



Obesidad ginoide la grasa se localiza básicamente en la cadera y en los muslos. Este tipo de distribución se relaciona principalmente con problemas de retorno venoso en las extremidades inferiores (varices) y con artrosis de rodilla. Las mujeres son más propensas a padecer este tipo de obesidad.



**SOBREPESO Y OBESIDAD**

Obesidad mixta es la combinación de la obesidad hiperplasia y la hipertrófica. PRIMARIA Supone un desequilibrio o una desproporción entre el consumo de alimentos y el gasto energético que requiere el organismo. SECUNDARIA Es aquella que se origina como resultado de cierto grupo de enfermedades que ocasionan un aumento de la grasa corporal.



Reparte tu alimentación en cinco comidas al día, estas comidas deben tener porciones medias, y el desayuno sería lo más importante. Come a un ritmo normal, pues muchas veces por las carreras estamos acostumbrados a comer rápido. Las verduras y hortalizas son complementos muy recomendados para perder peso.

### Relación entre cintura y cadera



Obesidad androide El exceso de grasa se ubica en la zona en la cara, el tórax y el abdomen. Se asocia a un mayor riesgo de dislipemia, diabetes, enfermedad cardiovascular y de mortalidad. Este tipo de obesidad es más habitual en hombres que en mujeres.



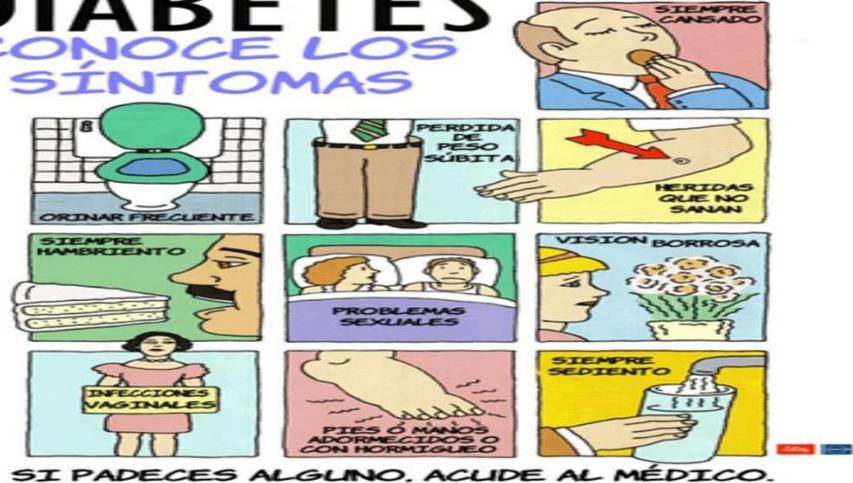
**Descripción.** La diabetes mellitus es un padecimiento que está asociado a estilos de vida poco saludables (obesidad y/o sobrepeso; vida sedentaria y alimentación rica en azúcares y grasas Prediabetes. Antes de que esta enfermedad se manifieste, casi siempre existe una condición médica anterior, llamada "prediabetes".

**Recomendaciones.** Si sigues estas medidas de precaución, es posible que se retrases o que prevengas para siempre la diabetes.



# DIABETES

## CONOCE LOS SÍNTOMAS



SI PADECES ALGUNO. ACUDE AL MÉDICO.

**Síntomas:** Los indicadores pueden incluir micción frecuente, sed o hambre excesiva y cambios del peso.

**Causas:** Provocado cuando hay una producción inadecuada de insulina o resistencia a la insulina.

**Tratamiento:** El tratamiento puede incluir cambios en el estilo de vida, como control de la dieta, medicamento o la administración de insulina.

Mantén un peso saludable y mejora tu calidad de vida. Si tienes diabetes y tienes sobrepeso u obesidad, deberás seguir...

Cuida los hidratos de carbono en tu alimentación.

Cuidar la cantidad de hidratos de carbono en cada comida es...

Añade grasas saludables a tu alimentación.

# DIABETES MELLITUS



## DIETA EN PACIENTE DIABETICO

**Frutas**

Círuela, guayaba, plátano, Durazno, Mandarinas, tunas, manzana, naranja, mango, uvas, piña, kiwi.

Una Porción es equivalente a un puño de la fruta.

Consumir hasta dos porciones la día

**Cereales Y Tubérculos**

Arroz, pasta cocida, cereal sin azúcar, avena y elote cocido.

Una porción es media taza.

Boilillo, media noche, bollo de hamburguesa, tortilla de maíz, pan de caja integral, papa cocida, Hot cake, camote y elote.

Una porción es una pieza.

No consumir mas de dos a tres porciones al día.



**Leguminosas**

Frijol, haba, lenteja, garbanzo, chicharo, soya texturizada.

Una porción es media taza.

Consumir una a dos porciones por ocasión.

**Verdura.**

Cada porción equivale a una taza.

Al menos tres porciones al día

**Carnes**

Carne de ave, res, cerdo, ternera.

No se debe de consumir mas de una porción al día que equivale a la palma de una mano.

No consumir en el desayuno ni cena

**Diabetes tipo 1:** cuando el cuerpo pierde la capacidad de producir insulina o sólo puede fabricar una cantidad de insulina muy pequeña. La diabetes tipo 1 es causada generalmente por un proceso autoinmune, y el sistema inmunitario del cuerpo destruye por error las células productoras de insulina. Aproximadamente el 10% de los individuos con diabetes, tiene diabetes tipo 1.

**Diabetes tipo 2:** provocada por un defecto doble de resistencia a la acción de la insulina, combinado con la incapacidad de fabricar suficiente insulina para vencer la resistencia. La diabetes tipo 2 es la forma más común de diabetes y representa el 80% al 90% de la diabetes a nivel mundial.

Realizó: Dr Ramírez Urrutia  
Fuente: GPC IMSS 718 14



El plato del buen comer es una guía de alimentación que forma parte de la Norma Oficial Mexicana para la promoción y educación para la salud en materia alimentaria, la cual establece criterios para la orientación nutritiva en México.

## Dieta correcta

Es la alimentación que contiene todos los nutrientes, en las cantidades que cubran las necesidades del cuerpo y que sea adecuada para cada persona. La dieta correcta es diferente para cada persona.



[Página Web](#)

Los tres grupos de alimentos que integran el Plato del Bien Comer son: Verduras y frutas. Son fuente de vitaminas, minerales y fibra que ayudan al buen funcionamiento del cuerpo humano, lo que permite un adecuado crecimiento, desarrollo y estado de salud. Cereales y tubérculos.

Lácteos del plato del bien comer: Tenemos 206 huesos que están vivos en nuestro cuerpo. Este grupo provee una importante parte de calcio para fortalecer nuestra estructura ósea. Además, aporta proteína y vitaminas como la A, D y B. Quesos, leche, yogurt y derivados forman parte de este sustancioso grupo.

## PLATO DEL BUEN COMER

**MI PLATO SALUDABLE**

- 35% VEGETALES
- 25% HIDRATOS
- 25% PROTEINAS
- 15% FRUTAS

Agua 1.2L por día

En las cenas obviar hidratos y azúcares

Gracias Saludables

¡Mantente activo!

Llena 1/2 plato con verduras de hoja verde & otros vegetales

Los vegetales proveen el máximo valor de nutrición con un mínimo aporte calórico.

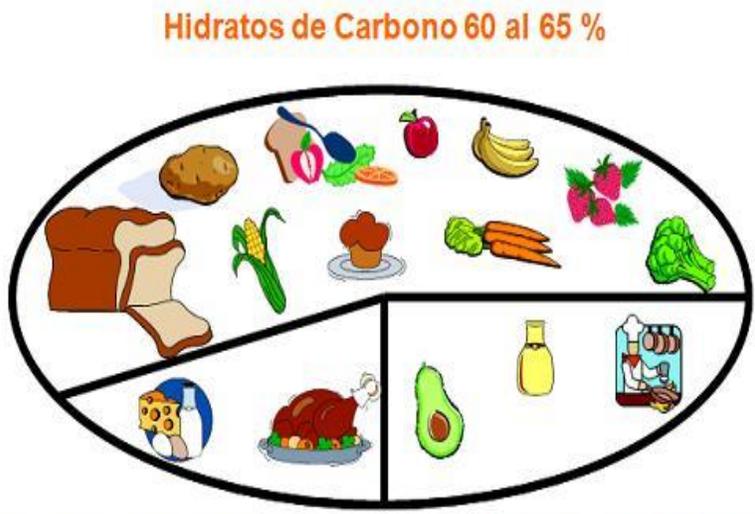
Llena 1/4 del plato con hidratos

Los granos ricos en fibra le ayudan a sentirse lleno y saciado.

Llena el último 1/4 con una porción de proteína soluble

\*Estos alimentos proveen proteína y grasas saludables que ayudan a prevenir fuentes nocivas de la carne en la sangre.

Se recomiendan que acompañe o use grasas saludables para las carnes. Piense en aceite de oliva, de aguacate, de semillas o de nueces.



Recomendaciones del Instituto Nacional de Nutrición, México, 1999.