

**Nombre de alumno: Roxana Belen
López López**

**Nombre del profesor: Daniela
Montserrat Méndez Guillen**

Nombre del trabajo: Ensayo

**Materia: Obesidad y síndrome
metabólico**

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: Sexto cuatrimestre

Grupo: "A"

El siguiente ensayo corresponde a los temas de la unidad 3 comprendemos que el metabolismo lipídico tiene como objetivo inicial transportar los lípidos localizados en la luz intestinal (principalmente de la dieta) al hígado, órgano central en el metabolismo lipídico, y una parte importante de los TG que son hidrolizados a ácidos grasos libres van a diferentes tejidos el metabolismo lipídico se da en el hígado el tejido adiposo y la glándula mamaria son los tres sitios principales donde se lleva a cabo la biosíntesis de los ácidos grasos y los triglicéridos. El hígado es el órgano central para la interconversión y su metabolismo. Pero un exceso de grasa saturada puede causar la acumulación de colesterol en las arterias (vasos sanguíneos). Las grasas saturadas elevan su colesterol LDL (malo). Un colesterol LDL alto incrementa su riesgo de enfermedad cardíaca y accidente cerebrovascular o aumento de peso.

Los triglicéridos son un tipo de lípido formado por la unión de tres ácidos grasos saturados con una molécula de glicerol. La síntesis de triglicéridos se realiza en el retículo endoplásmico de casi todas las células del organismo, siendo las principales los adipocitos y los hepatocitos. El perfil lipídico es un grupo de exámenes de laboratorio que los médicos suelen solicitar para determinar los niveles de lípidos en la sangre, como el colesterol y los triglicéridos, cuya alteración está relacionada con las enfermedades cardiovasculares. El perfil lipídico permite indicar el riesgo de una persona a desarrollar enfermedades cardíacas o aterosclerosis (el endurecimiento, estrechamiento u obstrucción de las arterias). tiene como objetivo verificar los valores normales de los lípidos, es decir, de LDL, HDL, VLDL, triglicéridos y colesterol total, que cuando se encuentran fuera de sus límites normales representan un riesgo grande para el desarrollo de enfermedades cardiovasculares, como angina, infarto, ACV o trombosis venosa.

El hipercolesterolemia favorece el desarrollo de la aterosclerosis, que es el proceso que está en el origen de las enfermedades cardiovasculares. La aterosclerosis es un fenómeno complejo que se caracteriza por la acumulación de lípidos en las paredes de las arterias.

Entre los diversos temas de la unidad encontramos al síndrome de apnea del sueño se produce cuando los músculos que sostienen los tejidos blandos en tu garganta, como la lengua y el paladar blando, se relajan de forma temporal. Cuando estos músculos se relajan, tu vía respiratoria se estrecha o cierra y tu respiración se corta por un momento. Dentro de este síndrome encontramos a la

- Apnea obstructiva del sueño: Este tipo menos frecuente de apnea del sueño ocurre cuando el cerebro deja de transmitir señales a los músculos de la respiración. Esto significa que no haces esfuerzo para respirar durante un período breve de tiempo.
- Apnea central del sueño: Factores de riesgo, sobrepeso, vías respiratorias estrechas, consumo de alcohol
- Síndrome de apnea del sueño complejo

Cuando los músculos se relajan, las vías aéreas se estrechan o se cierran cuando respiras. No puedes recibir suficiente aire, lo que puede bajar el nivel de oxígeno en la sangre. El cerebro detecta que no puedes respirar y te despierta brevemente para que puedas volver a abrir las vías aéreas. Algunas de las complicaciones son las siguientes: Fatiga durante el día, Presión arterial alta o problemas cardíacos, Diabetes tipo 2, Síndrome metabólico, Problemas hepáticos.

Cuando hablamos del síndrome de ovario poliquístico entendemos que es una afección en la cual una mujer tiene un nivel muy elevado de hormonas (andrógenos). Se pueden presentar muchos problemas como resultado de este aumento en las hormonas, incluyendo: Irregularidades menstruales. Infertilidad. El síndrome del **ovario poliquístico** tiene varias complicaciones **graves**. Los niveles de estrógenos están elevados, lo que aumenta el riesgo de hiperplasia endometrial y, finalmente, de cáncer de endometrio. Las enfermedades que causan el SOP son:

- Resistencia a la insulina.
- Síndrome metabólico.
- Diabetes tipo 2.
- Obesidad.
- Enfermedad cardíaca y presión arterial alta (enfermedad cardiovascular)
- Apnea del sueño obstructiva.
- Trastornos del estado de ánimo.
- Inflamación.

La enfermedad de hígado graso no **alcohólica** (EHGNA) es una afección en la cual se acumula exceso de grasa en el hígado. El hígado graso no relacionado con el **alcohol** y la esteatohepatitis no **alcohólica** son tipos de EHGNA. Si el paciente tiene EHNA, tiene inflamación y daño hepático, junto con grasa en el hígado.

Por lo general, la enfermedad de hígado graso no alcohólica es una enfermedad silenciosa con pocos o ningún síntoma. Ciertas afecciones de salud, como la obesidad, el síndrome metabólico y la diabetes tipo 2, aumentan la probabilidad de desarrollar esta enfermedad.

Es posible que el paciente pueda prevenir la enfermedad del hígado graso no alcohólica, ya sea el hígado graso no relacionado con el alcohol o la esteatohepatitis no alcohólica, si lleva una dieta saludable y mantiene un peso saludable. Si tiene EHGNA, el médico podría recomendarle adelgazar y cambios en la dieta.