



**Mi Universidad**

**SUPERNOTA**

**Damaris Gabriela Pérez  
Santizo.**

# NUTRICION Y OBESIDAD.



## MECANISMO MOLECULARES IMPLICADOS

La leptina es capaz de incrementar el catabolismo energético y la termogénesis en el tejido adiposo a través de la promoción de la síntesis mitocondrial de proteína desacoplante tipo 1.

## EL TEJIDO ADIPOSO COMO ORGANO SECRETOR

Tejido adiposo blanco y el tejido adiposo pardo o marrón.  
Las adipoquinas tienen relación directa con el concentrado de tejido adiposo en una persona, la forma en que éste se almacena y se emplea

## EFFECTO DE LOS NUTRIENTES EN LA INGESTA

El gasto energético está regulado por el efecto térmico de los alimentos, que significa la cantidad de energía gastada para procesar los alimentos consumidos y su proceso desde la digestión, metabolismo o utilización de sus nutrientes.

## NUTRICION Y DIABETES.

El nutriente que va a ser

## **NUTRICIÓN EN LA PREVENCIÓN DE DMII**

La pauta de alimentación recomendada para prevenir la diabetes tipo 2 ha sido la clásica dieta denominada hipocalórica ó dieta Mediterránea, elegir alimentos menos refinados y con un mayor contenido en fibra

## **CONCEPTO DE ÍNDICE GLICÉMICO**

Es una medida de la rapidez con la que un alimento puede elevar su nivel de azúcar (glucosa) en la sangre. Únicamente los alimentos que contienen carbohidratos tienen un IG. Muestra en qué medida los alimentos que contienen carbohidratos elevan la glucosa en la sangre.

clave son los carbohidratos: la glucosa es el principal nutriente que va a proporcionar energía, por lo cual los carbohidratos complejos no deben estar prohibidos en ningún caso

## **OBESIDAD Y RESISTENCIA A LA INSULINA.**

Este trastorno ha aumentado en la medida que se han incrementado los casos de sedentarismo, sobrepeso, obesidad y desórdenes alimenticios en todo el mundo. La hormona del crecimiento produce resistencia a la insulina, durante la pubertad se producen múltiples cambios hormonales

(SURESTE, 2022)

## Bibliografía

SURESTE, U. D. (2022). *plataformaeducativauds*. Obtenido de plataformaeducativauds:  
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/7b78ba6ea2c25e81950bae0632a39f4c-LC-LNU603.pdf>