UNIVERSIDAD DEL SURESTE

ESCUELA DE MEDICINA

MATERIA:

Metodología de la investigación

CUADRO SINOPTICO

DOCENTE: Lic. Gladis Adilene Hernández López

PRESENTA: Heydi Antonia Coutiño Zea

7 -"B"

LUGAR Y FECHA:

COMITÁN DE DOMÍNGUEZ, CHIAPAS A 18 DE DICIEMBRE DE 2022.

Obesidad como factor de riesgo de Diabetes Mellitus tipo 2

Obesidad

Es una enfermedad de origen multifactorial, con un componente genético y ambiental (alimentación, actividad física).

Factores de riesgo

- Falta de actividad física
- Hábitos alimentarios pocos saludables
- No tener suficientes horas de sueño de calidad
- Estrés
- Genética
- Medicamentos

Diabetes

Es una enfermedad metabólica crónica caracterizada por niveles elevados de glucosa en sangre, que con el tiempo conduce a daños graves en el corazón, los vasos sanguíneos, los ojos, los riñones y los nervios.

Tipos

- Diabetes mellitus tipo
- DIABETES MELLITUS TIPO 2
- Diabetes gestacional
- Diabetes inespecífica

Factores de riesgo

- OBESIDAD
- >45 años
- Genética
- Diabetes gestacional

Obesidad y Diabetes Mellitus tipo 2: vínculos fisiopatológicos

La presentación más común de diabetes mellitus tipo 2 está asociada en un 85% de casos con la obesidad.
La obesidad es una fase precursora de la diabetes mellitus tipo 2, sin embargo, no todos los pacientes obesos desarrollan diabetes ni todos los pacientes con diabetes tipo 2 son obesos, aunque si en su mayoría.

Evolución desde la obesidad a la diabetes atiende un proceso continuo conformado por 4 fases:

- Tolerancia normal a la glucosa
- Tolerancia anormal a la glucosa
- Hiperinsulinismo compensatorio
- Hipoinsulinismo

Prevención

- Alimentos saludables
- Evitar productos procesados
- Realizar ejercicio por lo menos 3 veces a la semana durante 30 minutos
- Alimentos bajos en grasa
- Evitar consumir dulces frecuentemente
- Realizar entre 4 o 5 ingestas al día
- Dieta variada y horario fijo
- Mantener un peso corporal normal
- Evitar el consumo de tabaco