



Mi Universidad

Cuadro sinóptico

Nombre del Alumno: Laura Camila Ortega Alfonzo

Materia: Sobrepeso y obesidad

Nombre del profesor: Dalia de los Angeles Perez Escobedo

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: 8vo

IMPLEMENTACIÓN DEL TRATAMIENTO

Tratamiento dietético

La dieta altamente hipocalórica

Aporta menos de 800 kcal/día con el objetivo de maximizar los resultados de la restricción calórica en el tratamiento del exceso ponderal.

Contenido proteico

25 y el 50% del valor energético diario

25 y el 50% del valor energético diario

Diseño y planificación de la dieta

Recomendaciones

Variada

Personalizada

Alimentos aconsejados y limitados

Evitar largos periodos de ayuno

No abusar de la sal

Tratamiento psicológico

Esencial para el éxito de un programa de reducción de peso.

Tiene como finalidad identificar cuáles son los mecanismos por los que una persona come de una manera inadecuada

Tratamiento quirúrgico

Cirugía bariátrica

Conjunto de procedimientos quirúrgicos usados para tratar la obesidad, buscando la disminución del peso corporal

Tipos

Restrictivas

La banda gástrica ajustable.

La gastrectomía tubular.

En manga.

Malabsorsivas

Mixtas

Resección gástrica

Baypass

Alimentación

Dieta líquida

Permite una buena consolidación de las suturas que evite fugas posteriores.

Dieta semisólida o puré

Más o menos espesa según la tolerancia del paciente.

Dieta libre o normal

Debe iniciarse a partir del tercer mes de la intervención, cuando el paciente se encuentra en condiciones de comer de todo

Fitoterapia

5 Grupos de productos naturales que se reconocen como coadyuvantes del sobrepeso y la obesidad según su mecanismo de acción

• Aumento de la lipólisis/termogénesis.

• Inhibición del apetito/aumento de la sensación de saciedad.

• Mejora en la retención de líquidos con drenantes/depurativos.

• Interferencia en la absorción de grasas.

• Control de la ansiedad/ingesta compulsiva

Referencia:

Antología UDS, 2023. Sobrepeso y obesidad

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/3b1ccbad94c89b9c1be3e77a700c6b39-LC-LNU803%20SOBREPESO%20Y%20OBESIDAD.pdf>