



**Nombre de alumno: Damaris  
Gabriela Pérez Santizo.**

**Nombre del profesor: DALIA DE LOS  
ANGELES PÉREZ ESCOBEDO**

**Nombre del trabajo: SUPERNOTA**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Materia: SOBREPESO Y OBESIDAD**

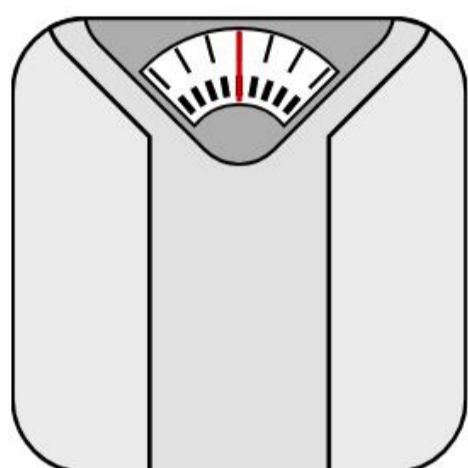
**Grado: 8**

**Grupo: A**

Comitán de Domínguez Chiapas a **28 DE FEBRERO DE 2023**

# PROTOCOLO DE PREVENCIÓN

## Y TRATAMIENTO DE LA OBESIDAD



### Protocolo del tx del sobrepeso y la obesidad

El mantenimiento del peso y de la composición corporal a lo largo del tiempo depende del equilibrio entre la ingesta y el metabolismo de los distintos nutrientes. La regulación homeostática de los HC y de las proteínas es más eficiente que la de los lípidos.

### Elaboración de régimen alimenticio preventivo

El primer condicionante para que la dieta sea correcta y nutricionalmente equilibrada es que estén presentes en ella la energía y todos los nutrientes necesarios y en las cantidades adecuadas y suficientes para cubrir las necesidades nutricionales de cada persona y evitar deficiencias.



### Equipo multidisciplinario para la atención

La formación de un grupo multidisciplinario es un proceso complejo. Se conforma por uno o más profesionales de cada una de las disciplinas involucradas. Por ejemplo:

- Médico internista, endocrinólogo o bariatra
- Nutriólogo
- Psicólogo
- Equipo de cirugía bariátrica
- Preparadores físicos



### Encuestas alimentarias

- Encuestas grupales
- Método recordatorio de 24 horas.
- Frecuencia de consumo.
- Pesada directa de los alimentos.
- Historia dietética.
- Auto encuesta recordatorio de 24 horas por 3 días.



(SURESTE, 2023)

## Bibliografía

SURESTE, U. D. (2023). *plataformaeducativauds*. Obtenido de plataformaeducativauds:  
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/3b1ccbad94c89b9c1be3e77a700c6b39-LC-LNU803%20SOBREPESO%20Y%20OBESIDAD.pdf>

