



**Nombre de alumno:**

**Elisa Fernanda Navarro Arizmendi**

**Nombre del profesor: Dalia De Los  
Ángeles Pérez**

**Nombre del trabajo: Super Nota**

**Materia: Obesidad y sobrepeso**

**Grado: 8**

**Grupo: LNU**

Comitán de Domínguez Chiapas a 06 de Enero de 2023.

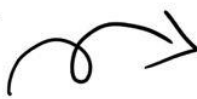
# Protocolo del tratamiento

## DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD

El nexo común entre obesidad y Nutrición es la dieta, que es, junto con la AF, una de las piedras angulares del tratamiento de la obesidad.



*La sociedad está soportando diferentes cambios en la alimentación y otros estilos de vida*



*El nutricionista debe adelantarse a la tentación de llevar a cabo algún tipo de dieta de moda por parte de los pacientes, y desaconsejar esta práctica*

- **ELABORACIÓN DE RÉGIMEN ALIMENTICIO PREVENTIVO PARA EL SOBREPESO Y OBESIDAD**

*Las recomendaciones toman en cuenta la biodisponibilidad de los nutrientes, es decir, que cantidad llega a las células que lo necesitan para desempeñar una función metabólica.*



*El estado de nutrición refleja la forma en que se han cubierto las necesidades fisiológicas de los nutrientes en un momento específico de la vida.*

- **COMPONENTES DEL GASTO ENERGÉTICO**

1. EL GASTO METABÓLICO BASAL O TASA METABÓLICA BASAL (TMB)
2. EL EFECTO TÉRMICO DE LOS ALIMENTOS
3. DURACIÓN E INTENSIDAD DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DESARROLLADA.

- **EQUIPO MULTIDISCIPLINARIO PARA LA ATENCIÓN DEL SOBREPESO Y OBESIDAD**

*La transmisión de buenos consejos dietéticos puede resultar de gran ayuda al paciente con mínimas desviaciones de su peso.*

- **ENCUESTAS ALIMENTARIAS**

LOS MÉTODOS DE EVALUACIÓN DIETÉTICA CONSTITUYEN UNA HERRAMIENTA FUNDAMENTAL EN LA DETERMINACIÓN DE LA INGESTA DE ALIMENTOS DE GRUPOS POBLACIONALES.

### NOTA

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.



(SURESTE)

## Bibliografía

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