



*Nombre del Alumno: Verónica Mariana Hernández Rincón*

*Nombre del tema: obesidad, desnutrición y malnutrición.*

*Parcial: tercer parcial*

*Nombre de la Materia: Enfermería del niño y el adolescente*

*Nombre del profesor: Mariano Walberto Balcázar Velasco*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: Quinto cuatrimestre*

*Pichucalco, Chiapas a 11 de marzo del 2023.*

# Obesidad



La obesidad es una enfermedad compleja que consiste en tener una cantidad excesiva de grasa corporal, ingerir más calorías de las que se queman durante las actividades diarias y se caracteriza por un índice de masa corporal igual o superior a treinta.

## Síntomas:

- Aumento de peso.
- Dificultad para respirar (durante el día y al dormir)
- Cansancio.
- Fatiga y dolor de las articulaciones en rodillas y pies.
- Reflujo y acidez.
- Hinchazón.
- Dolor y calambres en las piernas.

## Factores de riesgo:

- Falta de actividad física
- Hábitos alimentarios poco saludables
- No tener suficientes horas de sueño de calidad
- Grandes cantidades de estrés
- Afecciones médicas
- Genética
- Medicamentos

# Desnutrición



## Factores de riesgo:

- Bajo peso de la madre durante el embarazo
- Bajo peso y talla del niño o niña al nacer.
- Ausencia, interrupción o inadecuada lactancia materna exclusiva
- Malas prácticas de alimentación complementaria a partir de los 6 meses de edad
- Presencia recurrente de infecciones respiratorias e intestinales que dificultan el consumo de alimentos.

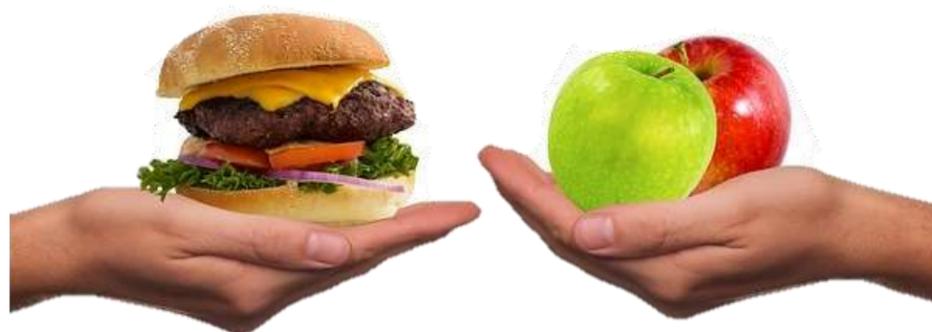
Afección que se presenta cuando no se obtienen calorías suficientes o la cantidad adecuada de nutrientes principales, como las vitaminas y los minerales, que se necesitan para una buena salud, se puede presentar cuando faltan nutrientes en la alimentación o cuando el cuerpo no puede absorber los nutrientes de los alimentos.

## Síntomas:

- Crecimiento lento
- Retraso del desarrollo o talla baja
- Fatiga, mareos o trastorno hidroelectrolítico
- Debilidad muscular o pérdida de músculo
- Pérdida de peso

# Problemas nutricionales

# Malnutrición



La malnutrición es el resultado de llevar una dieta desequilibrada en la cual hay una falta de nutrientes o bien cuya ingesta se da en la proporción errónea. La malnutrición aumenta el riesgo de padecer una infección o enfermedades infecciosas.

## Factores de riesgo:

- Enfermedades del tracto digestivo
- Hospitalizaciones
- Problemas de salud oral
- Trastornos de la conducta alimentaria
- Falta de disponibilidad de alimentos
- Falta de recursos

## Síntomas:

- Pérdida de masa muscular.
- Pérdida de la grasa subcutánea.
- Signos de deshidratación.
- La existencia de edemas periféricos puede denotar un déficit proteico.

# TIPOS DE OBESIDAD

## Tipos de obesidad según la distribución de la grasa

### Obesidad androide o central o abdominal (en forma de manzana)

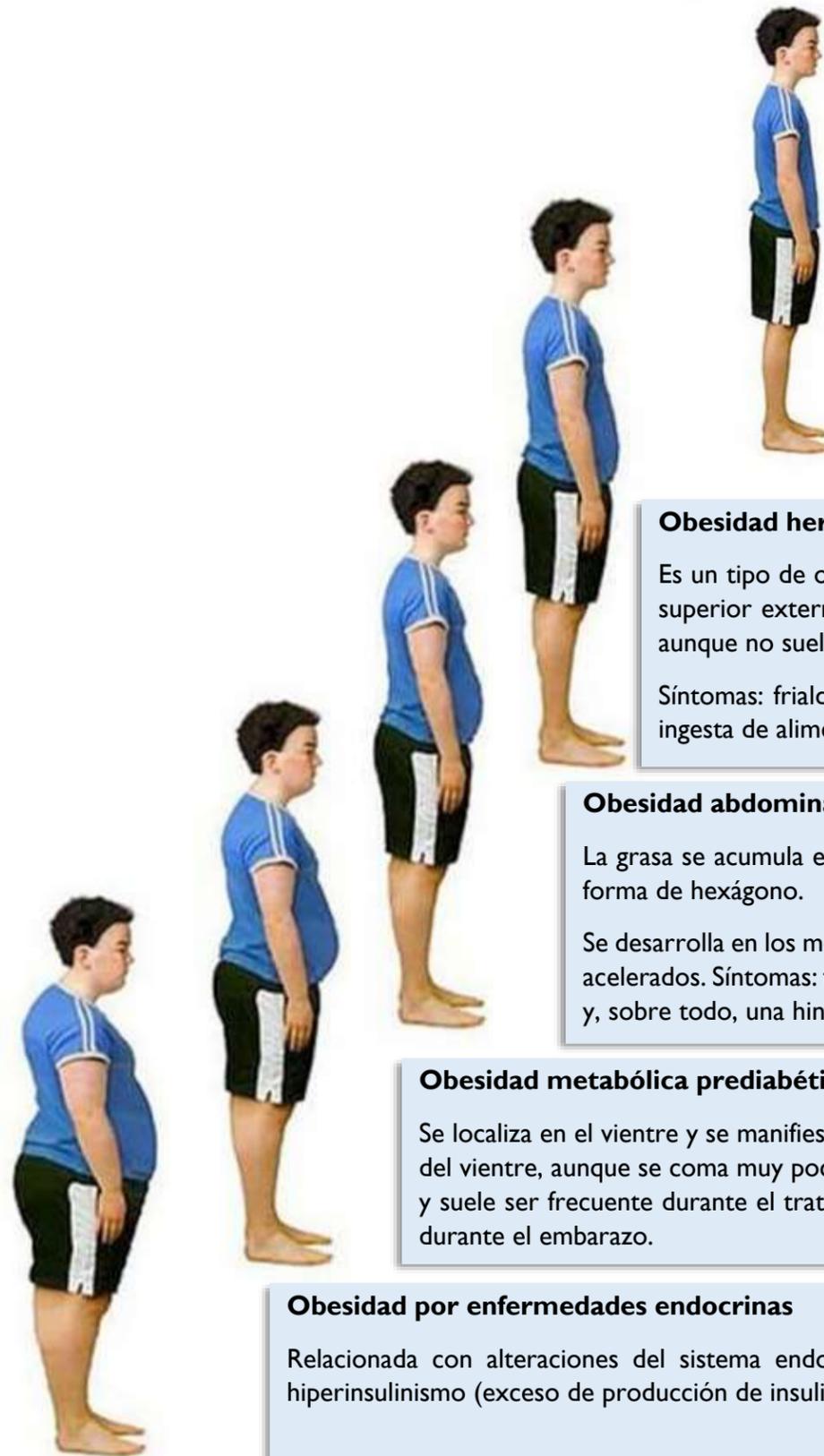
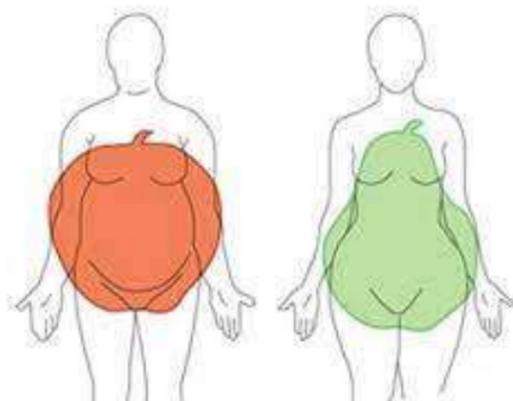
La padecen bastante más los hombres y se localiza en el abdomen.

### Obesidad ginecoide o periférica (en forma de pera)

Es más común en mujeres, aunque también se manifiesta en los hombres. Es lo que se siempre hemos llamado "cuerpo pera" porque la grasa se concentra en caderas, glúteos y muslos.

### Obesidad de distribución homogénea

Es la más común. Todo tu cuerpo sufre un aumento de volumen general y no sólo en unas zonas concretas como la obesidad androide y ginecoide.



## Obesidad según la causa

### Obesidad alimentaria

Predomina en las zonas de la cara, cuello, espalda y tórax.

Síntomas: sensación de calor corporal anormal y una transpiración excesiva.

### Obesidad hereditaria familiar

Es un tipo de obesidad que se presenta como una acumulación de grasa y celulitis fría en la parte superior externa de las nalgas y glúteos, y como una acumulación caliente por encima del pubis, aunque no suele llegar a producir una estética muy desproporcionada.

Síntomas: frialdad excesiva en las nalgas y una sensación generalmente leve de hinchazón tras la ingesta de alimentos.

### Obesidad abdominal nerviosa

La grasa se acumula en la zona anterior y central abdominal, mostrando una apariencia prominente con forma de hexágono.

Se desarrolla en los momentos de mayor ansiedad y estrés o en las etapas depresivas, y aparece en brotes acelerados. Síntomas: fatiga y agotamiento, un especial deseo de ingerir altas dosis de azúcar entre comidas y, sobre todo, una hinchazón ventral desde que ingerimos el primer bocado de la comida.

### Obesidad metabólica prediabética

Se localiza en el vientre y se manifiesta por un aspecto blanco. Produce una sensación de calor excesivo y de hinchazón del vientre, aunque se coma muy poco. La acumulación de grasa se produce no progresivamente, sino de forma brusca, y suele ser frecuente durante el tratamiento de ciertas enfermedades, con la ingesta de anticonceptivos hormonales o durante el embarazo.

### Obesidad por enfermedades endocrinas

Relacionada con alteraciones del sistema endocrino como el hipotiroidismo (déficit de producción de la hormona tiroidea), hiperinsulinismo (exceso de producción de insulina) o el hipercorticismismo (exceso de producción de glucocorticoides).

### Obesidad cromosómica

Es muy específica de enfermedades relacionadas con defectos cromosómicos como el Síndrome de Down o el Síndrome de Turner.

### Obesidad por desajustes del sistema de control de peso corporal

Es el tipo de obesidad más común. Nunca te sacias a la hora de comer y necesitas seguir comiendo y comiendo. Se produce entonces un desajuste en tu organismo y aparece el sobrepeso.

# Tipos de desnutrición

## Desnutrición aguda leve.

Aquí el peso es normal para la edad de la persona, pero su talla es inferior a lo que debería.

## Desnutrición aguda moderada.

Una persona con este tipo de desnutrición pesa menos de lo que debería para su estatura.

## Desnutrición aguda grave.

El peso está muy por debajo del que debería (es inferior al 30% de lo que debería ser) y las funciones corporales se ven alteradas. Se trata de una situación crítica, con un alto riesgo de muerte para la persona que la padece.

## Carencia de vitaminas y minerales.

Cuando se da esta situación, la persona no puede llevar a cabo tareas diarias normales debido al cansancio, defensas bajas que favorecen la aparición de infecciones o tiene dificultades para aprender.

## Marasmo

- Pérdida de peso  $\geq 60\%$  comparado con lo normal para el sexo y la edad.
- Retraso del crecimiento y pérdida de masa muscular.
- Las proteínas y la grasa se movilizan desde el compartimento somático del cuerpo (sobre todo el músculo esquelético y la grasa subcutánea); esto proporciona energía a partir de los aminoácidos y los triglicéridos.
- Se mantienen en gran medida las concentraciones séricas de proteínas.
- La menor síntesis de leptina puede dar lugar a la producción por el eje hipofisario-suprarrenal de glucocorticoides que induzcan la lipólisis.
- La anemia y la inmunodeficiencia son frecuentes, con infecciones recurrentes.



## Kwashiorkor

- Se produce cuando la privación de proteínas es relativamente mayor que la reducción global de calorías.
- Asociado a pérdidas de proteínas del compartimento visceral del cuerpo (sobre todo del hígado); hay un respeto relativo del músculo y del tejido adiposo.
- La hipoalbuminemia resultante causa un edema generalizado que puede enmascarar la pérdida de peso.
- El hígado graso aumentado de tamaño se debe a una síntesis inadecuada de lipoproteínas y, por tanto, a la acumulación hepática de triglicéridos movilizados desde la periferia.
- La atrofia de la mucosa del intestino delgado (reversible) puede llevar a la malabsorción.
- Es frecuente la inmunodeficiencia, con infecciones secundarias.



## DIFERENCIA DE DESNUTRICION Y MALNUTRICION

Una persona sufre de desnutrición cuando tiene un déficit alimentario. Es decir, no come todo lo que debería. En cambio, un individuo malnutrido puede ingerir alimentos incluso en exceso, pero no son sanos.



## Bibliografía

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/malnutrition#:~:text=formas%20de%20malnutrici%C3%B3n-,Desnutrici%C3%B3n,carencias%20de%20vitaminas%20y%20minerales.>

<https://ayudaenaccion.org/blog/derechos-humanos/tipos-de-desnutricion/>

<https://manmedicalinstitute.com/blog/tipos-de-obesidad-y-sobrepeso/>

<https://www.elsevier.com/es-es/connect/medicina/enfermedades-nutricionales-marasmo-kwashiorkor>

<https://ayudaenaccion.org/blog/derechos-humanos/tipos-de-desnutricion/>

<https://www.accioncontraelhambre.org/es/diferencia-malnutricion-desnutricion#:~:text=Una%20persona%20sufre%20de%20desnutrici%C3%B3n,exceso%20pero%20no%20son%20sanos.>

<https://www.obymed.es/tipos-de-obesidad/>

<https://www.cancer.gov/espanol/publicaciones/diccionarios/diccionario-cancer/def/desnutricion>