



Mi Universidad

SUPER NOTA

Nombre del Alumno: Sonia Avila Sánchez

Nombre del tema: Obesidad y sobrepeso, diabetes mellitus

Nombre de la Materia: Nutrición clínica

Nombre del profesor: Joanna Judith casanova

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 3

Sobrepeso y obesidad

se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud

TIPOS

GINECOIDE

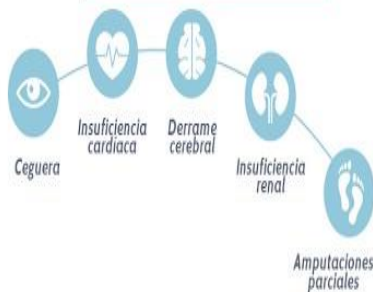
Se caracteriza por un cúmulo de grasa preferentemente de cintura para abajo .



ANDROIDE

la grasa se localiza fundamentalmente en la cintura se relaciona con la diabetes mellitus 2

COMPLICACIONES



TRATAMIENTO NUTRICIO



RECOMENDACION ES NUTRICIAS

- Beber abundante agua, entre 1,5 y 2
- Evite el consumo de alimentos procesados
- Evite alimentos cocinados con excesiva grasa
- Evite alimentos altamente calóricos y azúcares.
- sustituir azucar de caña por stevia , splenda
- Sustituir alimentos cocinas con grasa , por l vapor , hervido

Diabetes mellitus



• Es una enfermedad metabólica crónica caracterizada por la glucosa en sangre elevada (hiperglucemia).

SINTOMAS



- Aumento de la sed y ganas de orinar.
- Aumento del apetito.
- Fatiga.
- Visión borrosa..
- Ulceras que no cicatrizan.

TIPOS DE DIABETES

- Diabetes tipo 1
- Diabetes tipo 2 y
- Diabetes gestacional



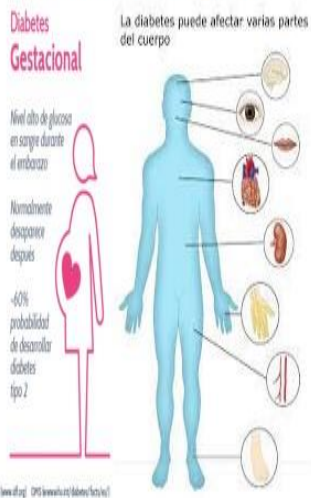
COMPLICACIONES

- Pérdida de visión o ceguera.
- Daño o insuficiencia renal.
- Dolor y daño a los nervios.
- Enfermedad cardíaca
- Alta presión sanguínea

Tratamiento nutricional

- 40 % a 60 % de carbohidratos
- 30 %- 45 % de grasas
- 15 %-30 % de proteínas

La dieta keto



BIBLIOGRAFIA

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/24219f9ddd7bee4ee5071d099942779c-PE-LEN304.p>

<https://www.clinicamedellin.com/informacion-pacientes/instructivos/nutricion-y-dietetica/recomendaciones-nutricionales-para-el-control-de-la-diabetes>