



Mi Universidad

Alumna: Ailyn Guadalupe Santos Gómez

Tema: sobre peso y obesidad, diabetes mellitus

Parcial:1

Nombre de la materia: nutrición

Profesor: Joanna Judith Casanova Ortíz

Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 3er.

Obesidad y sobre peso

Acumulación anormal o excesiva de grasa en el cuerpo que se corresponde con un aumento de peso corporal

sobre peso

10% - 20% por arriba del peso

Complicaciones

Diabetes mellitus, hipotrigliceridemia, hipertensión arterial, aterosclerosis, lumbagias.

Tratamiento nutricional

- ° Reducir el tamaño de las porciones y la ingesta
- ° Dieta hipocalórica.
- ° Alimentos bajos en calorías y en gramos de grasa.
- ° Métodos de cocción: asado, horneado, rostizado, cocinado en vapor y hervido.

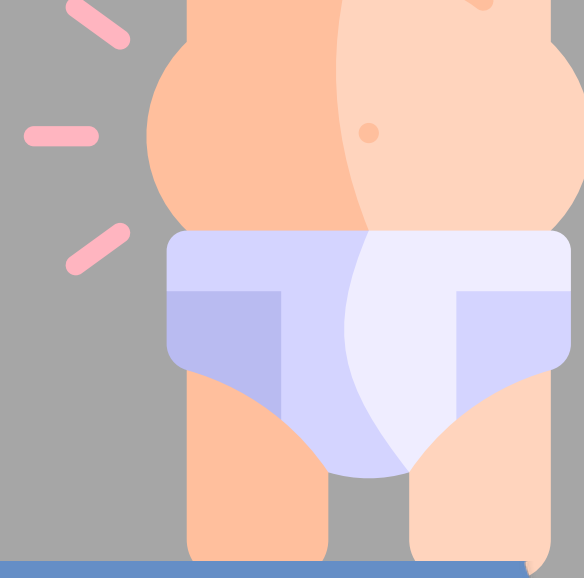
Tipos

obesidad androide

Localizada en el tronco, en la mitad superior del cuerpo, sobre todo en la región abdominal

obesidad ginecoide

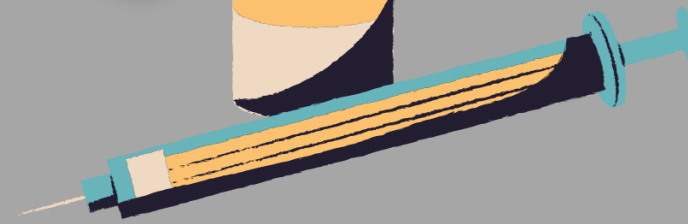
Acumulación de grasa en caderas y muslos, más frecuentes en mujeres



Diabetes mellitus

Diabetes tipo 1

Insulinadpendientes, es ocasionada por la destrucción de la célula B, provocado por alteraciones inmunológicas o de causas desconocidas.



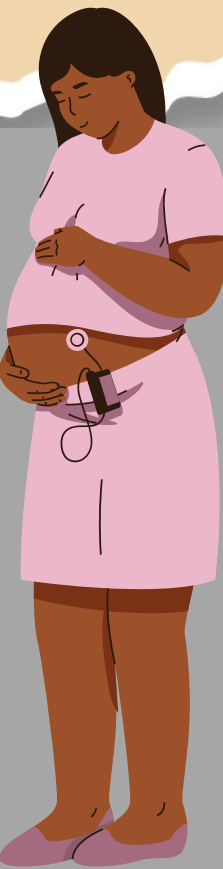
Diabetes tipo 2

Resistencia a la producción de insulina y por falla de las células del cuerpo no produce suficiente insulina



Diabetes gestacional

Durante el embarazo, la segunda mitad del embarazo, se produce una mayor secreción de hormonas con acción diabetogena, que aumenta la tendencia a la hiperglucemia



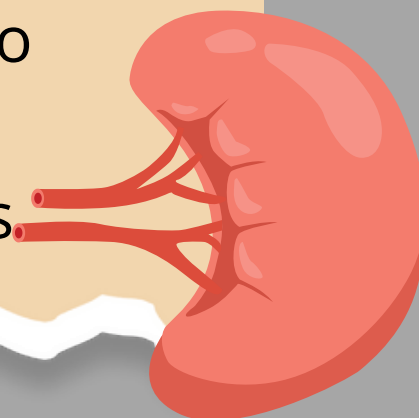
síntomas

- °Polidipsia
- °Poliuria
- °Polifagia
- °Sentirse cansado
- °Vision borrosa
- °Entumecimiento u hormigueo en pies o manos



Complicaciones

- °Daños oculares
- °Daños hepático
- ° Daño renal
- ° Amputaciones



Tratamiento nutricional

- ° Frutas y verduras
- ° Granos integrales
- °Proteínas
- ° Productos lácteos descremados

