

**Mi Universidad**

**Super Nota**

*Nombre del Alumno: Rosa Méndez González*

*Nombre del tema: Sobrepeso y Obesidad, Diabetes Mellitus*

*Parcial:*

*Nombre de la Materia: Nutrición clínica*

*Nombre del profesor: Joana Judith Casanova*

*Nombre de la Licenciatura: Lic. En Enfermería*

*Cuatrimestre: Tercer Cuatrimestre*

# OBESIDAD Y SOBREPESO

Son enfermedades caracterizadas por el exceso de tejido adiposo (grasa) en el organismo.

## TIPOS DE OBESIDAD

La obesidad androide se asocia a mayor riesgo de enfermedad cardiovascular, hipertensión, hiperinsulinemia, diabetes, coleditiasis y accidentes cerebrovasculares.

La obesidad ginoide está asociada a más riesgo de varices y complicaciones articulares en miembros inferiores, 2, 4.

## Razón entre cintura y cadera



## TRATAMIENTO NUTRICIONAL

### Plan De Alimentación Saludable

Verduras, frutas y granos integrales, Productos lácteos sin grasa o con bajo contenido de grasa, y productos similares, como las bebidas de soya.

1200 - 1800 kcal  
(Depende de la edad, sexo, peso y actividad física)

Beba abundante agua, entre 1,5 y 2 L al día sin obsesionarse. Evite el consumo de alimentos procesados y ultraprocesados o alimentos fritos o cocinados con excesiva grasa.

## COMPLICACIONES

- Mortalidad
- Presión arterial alta.
- Colesterol LDL alto.
- Colesterol HDL bajo o niveles altos de triglicéridos (dislipidemia)
- Diabetes tipo 2.
- Ataque o derrame cerebral.
- Enfermedad de la vesícula.

## OBESIDAD COMPLICACIONES



# DIABETE MELLITUS



## TIPOS

	DIABETES TIPO 1	DIABETES TIPO 2
Edad de inicio	< 30 años	> 30 años
Hábito alimentario	Normal o asténico	Obeso
Instauración	Agudo (rápido)	Lento
Complicaciones agudas	Cetoacidosis diabética	Coma hiperosmolar
Tratamiento insulínico	Imprescindible	Sólo 20-30% de los casos
Antidiabéticos orales	Ineficaz	Eficaz
Comp. microvasculares	Tras 5 años	Desde el inicio
Locus genético	Cromosoma 6	-
Historia familiar	Infrecuente	Frecuente
Nº células beta	Deficiente	Variable
Asociación antígeno HLA	Frecuente	Infrecuente
Autoanticuerpos	Frecuente	Ausente
Prevalencia	5-10%	90-95%

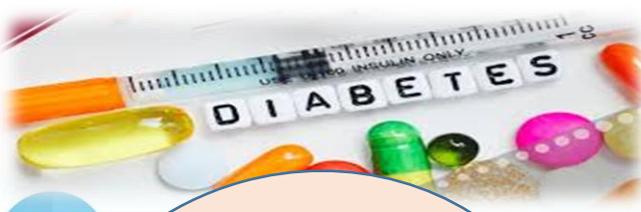
## CONCEPTO

Más conocida como diabetes, es una enfermedad crónica de alta prevalencia con un gran impacto social y sanitario, con una disminución notable de la calidad de vida.



## SINTOMAS

- Poliuria:** excreción muy abundante de orina.
- Polidipsia:** necesidad exagerada y urgente de beber, que suele ser patológica.
- Polifagia:** sensación imperiosa e incontenible de hambre.



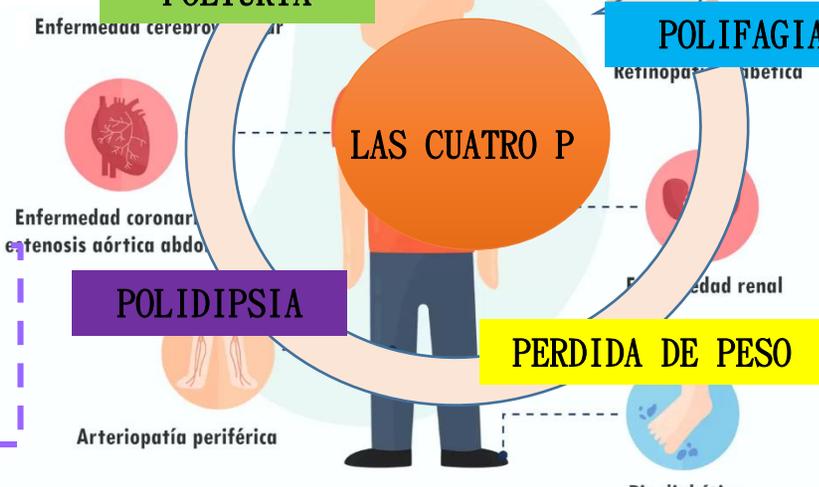
## POLIURIA

## POLIFAGIA

## LAS CUATRO P

## POLIDIPSIA

## PERDIDA DE PESO



## COMPLICACIONES

Son tres las complicaciones agudas más frecuentes en la diabetes: Cetoacidosis diabética, Síndrome hiperglucémico hiperosmolar y Hipoglucemia

## TRATAMIENTO

Con una dieta controlada, se puede alcanzar y mantener las concentraciones de glucosa y de lípidos en sangre, 10-20% de proteínas (en ausencia de nefropatía), < 10% de grasa saturada, 10% de grasa poliinsaturada, y un 60-70% repartidas entre grasa monoinsaturada y carbohidratos<sup>3</sup>.