



Mi Universidad

Súper nota

Nombre del Alumno: Perla Guadalupe López Mondragón

Nombre del tema: Sobre peso y obesidad/Diabetes mellitus

Parcial: 2

Nombre de la Materia: nutrición clínica

Nombre del profesor: Nut. Joanna Judit casanova

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 3

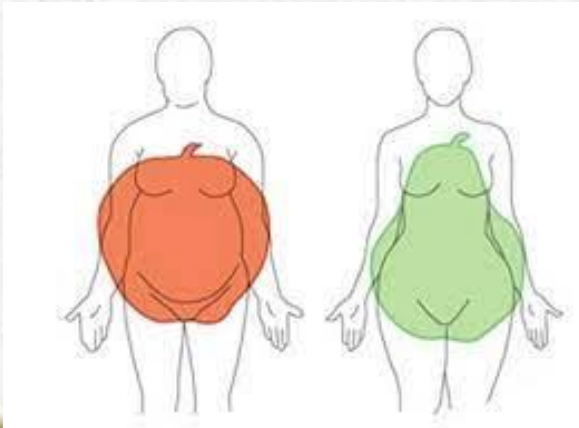
Obesidad y sobre peso

El sobrepeso y la obesidad se definen como una acumulación anormal o excesiva de grasa que puede ser perjudicial para la salud. El índice de masa corporal



Tipo ginecoide

Este tipo de obesidad es la que causa un mayor riesgo de patología cardíaca, síndrome metabólico y desarrollo de diabetes.



Tipo androide

Se localiza la grasa en el tronco. El tejido adiposo se suele acumular en la mitad superior del cuerpo, sobre todo en la región abdominal



La obesidad se ha relacionado con una serie de complicaciones. Si no se trata durante un período prolongado, puede provocar:

Diabetes tipo 2

Infertilidad

Presión arterial alta

Enfermedad cardíaca



Alimentos para comer:

Elija alimentos integrales mínimamente procesados

Granos integrales (trigo integral, avena cortada, arroz integral, quinua)

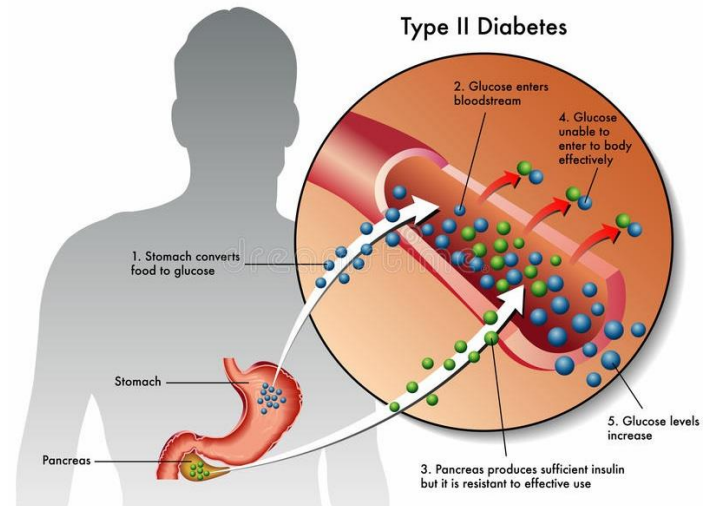
Verduras (una variedad colorida)

Frutas enteras (no jugos de frutas)



Diabetes mellitus

La diabetes mellitus se refiere a un grupo de enfermedades que afecta la forma en que el cuerpo utiliza la glucosa en la sangre.



Más sed de lo habitual.
Micción frecuente.
Pérdida de peso involuntaria.

Diabetes tipo 1.
Diabetes tipo 2.
Diabetes gestacional.



DIABETES COMPLICATIONS



Algunas de las consecuencias de la diabetes son: Ceguera (retinopatía diabética). Amputación de extremidades inferiores. Insuficiencia renal.