



Nombre del alumno: Montserrat Hernández Regalado

Nombre de la materia: Nutrición en obesidad y síndrome metabólico

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillen.

Nutrición 6to cuatrimestre

Comitán de Domínguez Chiapas a 13 de julio de 2023

DISLIPIDEMIA

Comenzaremos por definir a una dislipidemia es una concentración elevada de lípidos (colesterol, triglicéridos o ambos) o una concentración baja de colesterol rico en lipoproteínas (HDL).

Tiene relación con el estilo de vida, con la genética, con las enfermedades (como concentraciones bajas de hormona tiroidea o enfermedad renal), con los medicamentos o con una combinación de estos factores.

Puede producir aterosclerosis, que da lugar a angina de pecho, infarto de miocardio, accidente cerebrovascular y arteriopatía periférica.

Se mide la concentración de los triglicéridos y de los diferentes tipos de colesterol en la sangre.

Conviene practicar ejercicio, cambiar el tipo de alimentación y tomar ciertos medicamentos.

Los lípidos por su carácter hidrofóbico, no se encuentran circulando libres en el plasma, si no que se unen a proteínas, conformando complejos macromoleculares solubles denominados lipoproteínas.

Las lipoproteínas transportan todos los lípidos que circulan en el plasma: colesterol libre y esterificado, triglicéridos y fosfolípidos

Las apoproteínas están implicadas en el transporte de lípidos, metabolismo lipoproteico, mantenimiento en la estructura debido a su capacidad Hidrofóbica e Hidrofilica

Cómo los lípidos se encuentran en un medio que contiene agua, tienden a aglutinarse nuevamente y a formar una estructura en forma de esfera que viaja hacia el aparato de Golgi

En dicho aparato en las moléculas de fosfolípidos se van sumando con las patitas de los ácidos grasos en contacto con la capa interna de los lípidos y la cabeza orientada hacia el exterior de modo que la partícula se vuelve más soluble en agua

Finalmente se ensamblan sus apoproteínas de tal forma que se convierten en quilomicrones naciendo (recién nacidos)

Las dislipidemias pueden clasificarse según el perfil lipídico

Hipercolesterolemia aislado: aumento del colesterol total a (expensas del colesterol de las lipoproteínas de muy baja densidad)

Hipertrigliceridemia aislada: aumento de los triglicéridos de origen endógeno (a expensas de las lipoproteínas de muy baja densidad), exógeno (a expensas de quilomicrones)

Hiperlipidemia mixta: aumento del colesterol total y los triglicéridos

Hipoalfalipoproteinemia: disminución del colesterol de las lipoproteínas de alta densidad

según su etiología:

Primarias: son dislipidemia de causa genética generan por mutaciones en uno más genes que intervienen en la síntesis o el metabolismo de las lipoproteínas

Adquiridas: son producidas por situaciones que derivan de hábitos incorporados por el paciente

Secundarias: son consecuencias de la presencia de otra patología de base

Según la OMS esta clasificación también puede ser llamada fenotípica

El fenotipo I: corresponde a una hipertrigliceridemia exógena a base de un aumento de los quilomicrones plasmáticos

El fenotipo IIa: representa un hipercolesterolemia con un aumento de colesterol LDL

El fenotipo III: es una dislipidemia caracterizada por presentar la denominada banda B ancha en la electroforesis de lipoproteínas

Los fenotipos IV Y V: son hipertrigliceridemia con la diferencia de que el fenotipo IV es de origen endogeno a expensas de VLDL y el tipo V es de origen mixto

Tratamiento dietético Los parámetros nutricionales que deben controlarse de manera precisa en las dislipoproteinemias son: Lípidos Se recomienda limitar los lípidos totales de la dieta entre el 30 y el 35 % del total energético. La procedencia de las grasas alimentarias es de gran importancia en el tratamiento de los trastornos lipídicos: a) Ácidos grasos saturados.

Los ácidos grasos saturados actúan disminuyendo la síntesis y la actividad de los receptores de las LDL en el hígado. La presencia en la dieta de los ácidos grasos saturados (láurico, mirístico y palmítico sobre todo) en cantidad importante se asocia a niveles elevados de colesterol sanguíneo.

El síndrome de apnea del sueño es la obstrucción repetida de la faringe durante el sueño, que causa desaturaciones de oxígeno o microdespertares, las manifestaciones clínicas se derivan en su mayoría de dos aspectos: por un lado de la obstrucción y la hipoxemia intermitente y por el otro de los micro despertares.

El síndrome de ovario poliquístico Patología en la que una mujer tiene un nivel muy alto de hormonas endógenas se puede presentar muchos problemas

Como resultado de este aumento en las hormonas incluyendo irregularidades menstruales infertilidad problemas de la piel con magna y aumento de bello aumento en el número de pequeños quistes en los ovarios

Está ligado a cambios en los niveles hormonales que le dificulta a los ovarios la liberación de óvulos maduros

Los síntomas incluyen: cambios en el ciclo menstrual tales como ausencia del periodo menstrual después de haber tenido uno más periodos menstruales normales durante la pubertad, periodos menstruales irregulares que pueden ser intermitentes y pueden ser muy ligeros está muy abundante, vello corporal grueso en el pecho, abdomen y cara, acné en la cara, tórax o espalda.

El hígado graso no alcohólico es la acumulación de grasa en el hígado que no es causada por el consumo excesivo de alcohol

Una forma más grave de la enfermedad se conoce como la esteatohepatitis no alcohólica

Alguna de las causas principales es:

Tener sobrepeso o ser obeso

Prediabetes

Diabetes tipo dos

Colesterol alto

Triglicéridos altos

Presionar arterial alta

las personas con esta enfermedad presentan fatiga dolor en la parte superior derecha del abdomen

Hipogonadismo masculino se presenta cuando las glándulas sexuales del cuerpo producen pocas o ninguna hormona en los hombres estas glándulas gónadas son los testículos

Los síntomas pueden comenzar durante el desarrollo fetal antes de la pubertad o durante la adulta depende de cuando aparezca la afección

Las complicaciones son: genitales anormales, mamas masculinas agrandadas, infertilidad, disfunción eréctil, osteoporosis, baja autoestima

Para concluir es necesario estar atento a cualquier síntoma que pueda presentarse ya que así podríamos prevenir alguna enfermedad de las anteriores, sobre todo es muy importante mantener una buena alimentación constante acompañada de actividad física para mejorar la calidad de vida.

Fuentes de consulta:

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/e42678169e6c5d04a49ee00429760bcd-LC-LNU601.pdf>