



## Ensayo:

Nombre del alumno: Mitzy Yuliana Escobar Martínez.

Nombre del tema: Ensayo: Dislipidemia.

Parcial: 3er parcial.

Nombre de la materia: Nutrición en Obesidad y Síndrome Metabólico.

Nombre del profesor: LN. Daniela Monserrat Méndez Guillén.

Nombre de la licenciatura: Licenciatura en Nutrición.

Cuatrimestre: 6to Cuatrimestre.

08 de junio de 2023, Comitán de Domínguez,  
Chiapas



## **Introducción**

El presente ensayo expresará sobre el tema de las dislipidemias que es una condición en la que los niveles de colesterol y triglicéridos en sangre están muy elevados y el presentar esta afección puede aumentar en gran medida las probabilidades de aterosclerosis.

Los factores de riesgo generalmente está en los hábitos alimenticios que la persona tenga así como la falta de ejercicio y es aún más si ésta presenta obesidad, la clasificación de la dislipidemia se puede tener en cuenta por diferentes criterios: según el perfil lipídico, según su etiología (primaria, secundaria o adquiridas) y la de Fredrickson-OMS (Fenotipo I, IIa, IIb, III, IV y V).

## **Desarrollo**

La dislipidemia también nos puede llevar también a la probabilidad de padecer otras Patologías como el Síndrome de Ovario Poliquístico (SOP), hipogonadismo así como Hígado graso no alcohólico (EHGNA), y la relación entre la dislipidemia y estas enfermedades radica en el colesterol que es una sustancia blanda y pegajosa que se encuentra en nuestro cuerpo y se compone por 3 partes principales: el colesterol HDL, LDL y triglicéridos. El colesterol es un componente esencial para las membranas celulares, así como también de las células cerebrales, y de la bilis que contribuye a la absorción de grasas y de vitaminas liposolubles (permite sintetizar la vitamina D) y de varias hormonas, como los estrógenos, la testosterona y el cortisol que jugarán un papel importante para las patologías mencionadas anteriormente.

El Síndrome de Ovario Poliquístico (SOP) es una enfermedad en la que los niveles de hormonas muy elevados (andrógenos) y se caracteriza por la irregularidad en los ciclos menstruales, infertilidad, problemas tanto en la piel como aumento de vello y de pequeños quistes en los ovarios, ya que todos estos cambios hormonales que le suceden a la mujer no permite que los ovarios puedan liberar a los óvulos provocando así la adhesión de ellos a los ovarios, generando también que los ciclos de ovulación no se presenten mes con mes y favoreciendo a la infertilidad; la mujer puede realizarse ciertos exámenes para evaluar los niveles de hormonas que su cuerpo está generando en mayores cantidades como los exámenes de nivel de estrógenos, de hormona foliculoestimulante, de hormona luteinizante y los niveles de hormonas masculinas.

Para la enfermedad de hígado graso no alcohólico (EHGNA) se caracteriza por la acumulación de grasa en el hígado pero que no es causada por el consumo

excesivo de alcohol y la persona tampoco tiene antecedentes con ello, sino más bien se relaciona generalmente con el sobrepeso siendo uno de los factores de riesgo entre de los cuales también encontramos a la diabetes, colesterol alto, triglicéridos altos y la presión arterial alta, esta enfermedad a menudo no presenta síntomas y al no ser bien tratada puede convertirse en cirrosis por lo que uno de los cuidados que debemos tener es mejorar nuestros hábitos alimenticios, llevar una dieta saludable con un bajo contenido de sal, no consumir alcohol mantenerse activo físicamente y si presentamos otra afección como la diabetes o la HTA también controlarlas en conjunto y evitar lo que comúnmente se hace por no querer ir al médico, abstengámonos de auto medicarnos especialmente con hierbas o medicamentos de venta libre que no se nos han sido recetados.

En el caso del hipogonadismo masculino este se presenta cuando las glándulas sexuales del cuerpo no producen testosterona. Esta enfermedad puede iniciarse durante el desarrollo fetal y puede que aunque el niño sea genéticamente masculino pero nacer con genitales femeninos o que sean ambiguos. Por lo que las causas pueden ser primarias (de los testículos o los ovarios), en los que pueden influir trastornos genéticos y del desarrollo, traumatismos, infecciones, etc. O también pueden ser secundaria (que haya problemas con la hipófisis o el hipotálamo) y puede deberse a sangrado en la zona de la hipófisis, medicamentos, deficiencias nutricionales, etc. Esta enfermedad puede generar mucha incomodidad en la vida adulta ya que puede alterar ciertas características físicas masculinas y perjudicar la función reproductiva normal.

## Conclusión

Podemos concluir que aunque mediante la dieta que nosotros vayamos a adoptar puede influir de muchas maneras mantener niveles adecuados de colesterol y triglicéridos y evitar así las probabilidades de que éstos vayan a generarnos otras afecciones o viceversa, y como en los casos de estas enfermedades hormonales que no podemos simplemente llevar un plan alimenticio y en cierto tiempo vayamos a curarnos ya que dependen más de eso pero sí nos puede ayudar a que nos estemos sintiendo mejor y no agravar más la situación y ciertamente muchas enfermedades requieren de ciertos medicamentos para poder ser controladas pero el que tengamos el control de lo que ingerimos nos ayuda de muchas maneras para que en conjunto podamos no llegar a una etapa más grave de la enfermedad.

Fuentes de consulta:

Dislipidemia. (s.f.). [Libro electrónico]. En. *Libro de Nutrición en Obesidad y Síndrome Metabólico UDS* (pp47-71). Recuperado el 03 de junio de 2023 <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/e42678169e6c5d04a49ee00429760bcd-LC-LNU601.pdf>