

UDS

CAMPUS TAPACHULA

ANTONIO CABRERA RAMIREZ

LIC. EN NUTRICION

OBESIDAD Y SOBREPESO

CUADRO SINOPTICO

3ER PARCIAL

LIC. STEFANY HERNANDEZ CRUZ

UNIDAD III  
PROTOCOLO DE  
PREVENCIÓN Y  
TRATAMIENTO  
DE LA OBESIDAD

3.1 Protocolo del tratamiento  
del sobrepeso y la obesidad

La sociedad está soportando diferentes cambios en la alimentación y otros estilos de vida debidos a los procesos de industrialización

El nutricionista debe adelantarse a la tentación de llevar a cabo algún tipo de dieta de moda por parte de los pacientes, y desaconsejar esta práctica

3.2 Elaboración de régimen alimenticio preventivo para el sobrepeso y obesidad

Es una condición individual que varía de acuerdo con la edad, el género, las características antropométricas

El estado de nutrición refleja la forma en que se han cubierto las necesidades fisiológicas de los nutrimentos en un momento específico de la vida.

Cuando no se cubren adecuadamente las necesidades de energía y nutrimentos en el organismo, se producen desequilibrios que tarde o temprano se traducen en enfermedad.

Criterios generales

Las necesidades de cada nutriente son cuantitativamente muy diferentes. Así, las proteínas, los hidratos de carbono y las grasas, que son los únicos nutrientes que nos proporcionan energía o calorías

la dieta equilibrada será aquella que además de ser sana, nutritiva y apetecible contribuya también a prevenir las enfermedades crónicas degenerativas

Todos los alimentos son potenciales fuentes de energía, pero en cantidades variables según su diferente contenido en macronutrientes

3.3 Equipo multidisciplinario para la atención del sobrepeso y obesidad

Múltiples factores se han implicado en el acúmulo de exceso de peso y obesidad;

Sin embargo, la evidencia científica no siempre avala estas asociaciones

Un peso superior a 4 kg al nacimiento parece ser predictor de obesidad en la infancia y la adultez, mientras que diferente análisis apuntan una moderada protección de la obesidad

También, desde el punto de vista de la disponibilidad alimentaria, la ausencia de supermercados con oferta de frutas y hortalizas