



**Mi Universidad**

ENSAYO

Nutrición 5°A

# NUTRICIÓN EN ENFERMEDADES RENALES

Profesora: Daniela Monserrat Méndez Guillen  
Alumna: Karol Figueroa Morales

19/enero/2024

## Nutrición y orientación en los problemas endocrinos

Cómo el tema lo dice hablaremos sobre las enfermedades que llegan a desarrollar problemas endocrinos y esas mismas pueden llegar a generar enfermedades renales. Hablaremos de cada una de las enfermedades y su tratamiento para poder saber cómo tratarlas y prevenir que lleguen a desarrollar otras enfermedades.

Empezaremos hablando de la diabetes mellitus que es una enfermedad endocrina-metabólica de carácter crónico, que además se relaciona con el déficit de la insulina y esto conlleva a una elevación de la glucemia plasmática, hay que tener en cuenta que la insulina es una hormona secretada por el páncreas, existen dos tipos de fases que son la de la resistencia de la insulina y los de la dependencia hacia la insulina, ya después de conocer esto podemos ver que la diabetes daña a los riñones, los ojos, el sistema nervioso, el corazón y los vasos sanguíneos. Al no ser controlada se encuentran complicaciones las cuales son nefropatía diabética, retinopatía diabética, neuropatía periférica/autónoma y enfermedad del cerebro vascular. Existen 4 tipos básicos de la diabetes son la DM1 (infantil), DM2 (en personas adultas), DMG (diabetes gestacional) y otros tipos de diabetes (neonatal). La DM1 ataca a la insulina, quiere decir, que necesita insulina externa y la DM2 es la insulina que no trabaja bien, ósea que no produce buena insulina y necesita de ella. Su tratamiento va a depender de las necesidades de cada persona, lo más importante es mantener bajo control la azúcar en sangre.

Otra enfermedad muy importante y que esta muy normalizada es el sobrepeso y la obesidad, ya que más de 1.100 millones de personas superan su peso saludable. La obesidad es una acumulación anormal o excesiva de grasa en el cuerpo, es la enfermedad metabólica mas frecuente, para poder conocer los pesos adecuados se utiliza una formula que es peso/talla<sup>2</sup> esto se le llama Índice de Masa Corporal (IMC), la obesidad se clasifica en 3 pero se empieza por un sobre peso que es un  $imc > 25-29.9$ , obesidad1 ( $>30-34.9$ ), obesidad2 ( $>35-39.9$ ) y obesidad3 ( $>40$ ), el IMC normal/adecuado es de  $>20-24.9$ . existen factores no modificables que no se pueden cambiar (genéticos, hereditarios, geográficos) y factores modificables (alimentación, A.F., estilo de vida) que puede cambiar para no llegar a un sobre peso/obesidad, al llegar a alguna de estas 2 son la hipertensión, diabetes, dislipidemias, problemas de fertilidad, algunos canceres, etc. Esta se puede tratar con una buena actividad física, cuidando la alimentación y cambiando los hábitos de uno.

Las enfermedades de las glándulas tiroideas también son importantes, en esta se encuentra el hipotiroidismo que es el déficit de la hormona tiroidea, es dado en las mujeres. La causa más frecuente de hipotiroidismo primario adquirido es la tiroiditis crónica autoinmune (TCA) caracterizada por la pérdida de tejido tiroideo funcionante. Existe una forma bociosa (enfermedad de Hashimoto) y una forma atrófica (mixedema atrófico). La segunda es por la radiación externa, infecciones, traumatismos o cirugías. El hipertiroidismo es el aumento excesivo de hormonas tiroideas, esta igual es mas frecuente en mujeres, pero en personas mayores se da el bocio tóxico multinodular (BMNT), la enfermedad de Graves (o bocio tóxico difuso) y el adenoma tóxico.

Las enfermedades de la corteza supra renal derivan a la enfermedad de Cushing y de Addison, para esto hay que entender que la corteza suprarrenal es la encargada de la función esteroideogénica, esta es formada por células cromafines, que sintetiza catecolaminas. La zona más interna, que corresponde a la reticulosa es donde se sintetizan los andrógenos suprarrenales. Ahora si el Síndrome de Cushing es el exceso de cortisol en los tejidos, para identificarlo los px tienen características específicas como son de cara redonda, atrofia muscular, miopatía proximal, piel fina y atrófica, estrías rojo oscuro de más de 1 cm de ancho. Podemos concluir que cada enfermedad si no es bien tratada conlleva a otra, y así ir desarrollando mas y hay que empezar desde nuestro hábitos como personas para ir controlando la enfermedad o evitar que se desarrolle antes.

## Bibliografía

Universidad del sureste (2023) antología de nutrición en enfermedades renales chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgicfindmkaj/https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/9a0e982467a6490db09fed718daa8486-LC-LNU503.pdf

Y apuntes de libreta/tareas