



Nombre de alumno: Karla Daniela Pinto Lara

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Mendez Guillen

Nombre del trabajo: Ensayo Unidad I

Materia: Nutrición en enfermedades renales

Grado: 5to

PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 20 de enero de 2024.

La nutrición y la orientación en los problemas endocrinos, es de suma importancia saber antes de cualquier conocimiento de enfermedad renal, ya que varias de las enfermedades renales se desencadenan de otra enfermedad.

Una de las enfermedades endocrinas con más relevancia en estos tiempos es la diabetes mellitus, ya que esta se inicia con un deterioro celular la cual si no es controlada y atendida como debe de ser conlleva a muchas complicaciones en el paciente. Esta como se dice es una enfermedad crónico degenerativa, y en ella influyen muchos factores tanto hereditarios como sociales. La diabetes se derivará de un mal estilo de vida o más bien se desencadenará por todo este.

Dentro de la diabetes existe cierta clasificación, la ADA y la OMS clasifica a la diabetes de la siguiente manera:

- Diabetes mellitus tipo I: a esta también se le denomina diabetes insulino dependiente, como su nombre lo indica se depende de la insulina, y normalmente la conocemos como la diabetes que le da a niños o adolescentes.
- Diabetes tipo II: este tipo de diabetes se da por una resistencia a la insulina o una deficiencia de esta, la cual se desencadena por los factores sociales o ambientales, es decir, el mal estilo de vida.
- La diabetes gestacional: se define por la aparición de ella durante el embarazo. Esta puede ser por una alteración hormonal durante el proceso, encaminado a los malos hábitos del estilo de vida de la embarazada.

¿Cómo diagnosticaremos? De acuerdo a la sociedad americana de diabetes se establece que, para diagnosticar la diabetes, el paciente deberá de tener síntomas asociados y una medición de glucemia con valores $>$ a 200 mg/dl en cualquier momento del día y sin importar el tiempo de comida, también síntomas típicos de la enfermedad como poliuria, polidipsia, polifagia y pérdida de peso.

El tratamiento para la diabetes es radicar el sobrepeso y la obesidad. Con ello integrando una buena estrategia de nutrición y de educación alimentaria. Todo esto con el fin de que el paciente no vea sus cuidados como una restricción o algo imposible sino más bien como un nuevo estilo de vida, acompañado claramente de actividad física específica para la diabetes. Con ello logrando que el paciente este controlado en todos los aspectos.

Como hicimos mención antes el sobrepeso y la obesidad nos desencadenaran muchas patologías, pero, ¿cómo sabremos o definiremos al sobrepeso y a la obesidad? El sobrepeso y la obesidad la definiremos como una acumulación anormal o excesiva de grasa en el cuerpo, y este se diagnosticará en base al Índice de masa corporal (IMC), el cual lo clasifica en:

- Sobrepeso: exceso de grasa subcutánea $>25-29.9 \text{ kg/m}^2$
- Obesidad tipo I: exceso de masa corporal $<30-34.9 \text{ kg/m}^2$
- Obesidad tipo II: exceso de grasa subcutánea en abdomen y tronco $>35-39.9 \text{ kg/m}^2$
- Obesidad tipo III: exceso de grasa visceral $>40 \text{ kg/m}^2$

Nuestro objetivo con el tratamiento de obesidad es, disminuir la grasa corporal y que en ese proceso el paciente incremente su calidad de vida y construya nuevos hábitos alimenticios y disciplina en actividades físicas.

Otras enfermedades que atacan a nuestro sistema es el hipotiroidismo e hipertiroidismo.

Definiremos a hipotiroidismo como una enfermedad o síndrome en donde habrá fallas en la tiroides por un déficit de la hormona tiroidea en los tejidos diana.

Y al hipertiroidismo lo definiremos como un conjunto de manifestaciones donde habrá un aumento de exposición y respuesta de los tejidos excesivos de la hormona tiroides.

Síndrome de Cushing corresponde al conjunto de manifestaciones clínicas y las complicaciones metabólicas derivadas del exceso de cortisol en los tejidos.

Todas estas complicaciones, síndromes, enfermedades y anomalías nos llevarán a desarrollar otro tipo de enfermedades. Por ello es de suma importancia que cuando un paciente acuda con nosotros tratar de concientizarlo y darle mucho apoyo y educación nutricional para que el paciente vaya mejorando y controlando sus enfermedades

Bibliografía:

Universidad del sureste (2024), antología de nutrición en enfermedades renales. Pag(9-32).

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/39b8e15311e0e597f87e1abfccfb57f8-LC-LNU503-NUTRICION%20EN%20ENFERMEDADES%20RENALES.pdf>

