



**Nombre de alumno: Diana Isabel
García Guillén.**

**Nombre del profesor: Daniela
Montserrat Méndez Guillén.**

Nombre del trabajo: Ensayo.

**Materia: Nutrición en enfermedades
renales.**

**Grado: 5°
Grupo: A**

Comitán de Domínguez Chiapas a 20 de Enero de 2024.

Diabetes y otras enfermedades metabólicas.

La Diabetes es una enfermedad metabólica que afecta directamente al páncreas. Existen 2 tipos, una que va a considerarse como la resistencia a la insulina y otra como la deficiencia de la producción de insulina, las cuales van a estar divididas en diabetes tipo uno y diabetes tipo dos, nosotros abordaremos lo que son el tratamiento nutricional, actividad física, las causas y los tipos de diabetes y cuáles son los antecedentes que lo pueden dar si es hereditario, por factores ambientales, etc; así también como podemos prevenirla en caso de los pacientes que sean asintomáticos, pero ya tiene una predisposición a las enfermedades diabéticas y finalmente el tratamiento nutricional en pacientes que ya la padecen, así como los cambios en el estilo de vida. También se hablará de enfermedades como la obesidad hipotiroidismo, también la alteración de las glándulas suprarrenales y el síndrome de Cushing, los cuales están muy relacionadas con la diabetes.

La diabetes mellitus es una enfermedad metabólica que abarca un conjunto de características que interfieren con el metabolismo de los carbohidratos, proteínas y grasas, asociado a una alteración en cantidad y eficacia de la insulina. Según la OMS se considera que al menos 250 millones de personas la padecen y 300 millones están en riesgo de presentarla. Y por lo mismo es de suma importancia prestarle atención, porque se está convirtiendo en una enfermedad muy común desde temprana edad. La DMI la cual es denominada insulina dependiente, se debe a la destrucción de las células beta del páncreas, lo cual puede ocasionar una cetoacidosis y la DMII es aquella que va a ocasionar resistencia a la insulina predominante y una deficiencia en su secreción, ésta enfermedad puede ser por causas hereditarias. Por otro lado, la diabetes gestacional es la cual la definen simplemente por el hecho de aparecer en el embarazo más, cuya etiología es porque las hormonas producidas durante el embarazo ocasionan hiperglucemia. Dentro de los principales síntomas de la diabetes se encuentran tanto la poliuria, polidipsia, polifagia y pérdida de peso, pero evidentemente deberán de realizarse los estudios de gabinete pertinentes como la curva de tolerancia a la glucosa, hb glucosilada y glucosa en ayunas.

El tratamiento más importante para un px diabético, será mejorar su alimentación, ya que ayuda a mejorar el cuadro clínico y mantener un control. De forma general el tratamiento podría iniciar con corregir una desnutrición, hacer una adaptación de la ingesta de calorías, y hacer una distribución asertiva para mantener un perfil lipídico saludable, así como los niveles de glucosa, es

muy importante mencionar que a las proteínas se les hará el mínimo ajuste, todo con la finalidad de que no se desarrolle alguna complicación. Otro punto ideal sería la realización de actividad física aeróbica. Existen también otras enfermedades que pudieran estar relacionadas con la aparición de diabetes mellitus, una de las principales y de la más importante sería la **obesidad**, la cual la organización mundial de la salud, la define como la acumulación anormal o excesiva de grasa en el cuerpo que se corresponde con un aumento de peso corporal. Ya que es una de las principales causas debido a que México es el país. Número uno mundialmente con obesidad. Lo que nosotros debemos de hacer es manejar la obesidad y como lo vamos a manejar, pues dándole un mejor estilo de vida a nuestro paciente, y eso va a depender de la dieta y el ejercicio, la actividad física que nosotros le podamos otorgar al paciente acorde a sus requerimientos necesarios. La obesidad, nosotros la podemos clasificar de cuatro formas, la cual sería el sobrepeso, el cual se considera con índice de masa corporal, mayor al 25, la obesidad tipo I, la cual se considera más corporal que es mayor a 30, la obesidad tipo II se define el exceso de grasa subcutánea en el tronco y el abdomen, el cual es un índice de masa corporal mayor a 35 y por último la obesidad tipo 3, con un IMC mayor a 40. Otra de las enfermedades que pueden estar ligadas serían el **hipotiroidismo**, el cual se define como un síndrome caracterizado por manifestaciones clínicas, Civil químicas de fallo tiroideo y déficit de disponibilidad de hormona tiroidea en los tejidos. Diana, la normalidad más característica de el hipotiroidismo sería que encontraremos una TSH elevada con niveles bajos de T4 libre. El hipotiroidismo subclínico es un poquito más leve, el cual va a estar caracterizado por una TSH elevada y una T4 normal. Esta enfermedad se da más en mujeres y existe una clara predisposición genética padecerla una de las causas más frecuentes de hipotiroidismo secundarios es la radiación o ablación quirúrgica del tiroides. El hipertiroidismo sería otro que puede estar relacionado el cual se define como el conjunto de manifestaciones clínicas y bioquímicas en relación con el aumento de exposición y respuesta de los tejidos. A niveles excesivos de hormonas tiroideas.

La enfermedad de la corteza suprarrenal son los trastornos de las glándulas, los cuales son debido a las características histológicas y funcionales que está presenta. Y por último tenemos el síndrome de Cushing, el cual corresponde al conjunto de manifestaciones clínicas y las complicaciones metabólicas derivadas del exceso de cortisol en los tejidos. Esta lo podemos dividir nosotros en exógenos o iatrogenos, por el uso de corticoterapia en altas dosis por tiempos, prolongados o

endógenos, debido a aumento de la secreción de cortisol por las glándulas suprarrenales. A esto se va a deber a un problema en las glándulas suprarrenales, como ya lo habíamos comentado que es uno de los factores de riesgo para la diabetes mellitus. desde el punto de vista clínico los pacientes con síndrome de Cushing. Pueden presentar un cuadro bien característico. Los pacientes obesos pueden tener un fenotipo similar y son algunos hallazgos como: plétora facial, miopatía proximal o estrías rojo oscuro de más de 1 cm de ancho, las que hacen más probable el diagnóstico.

Por lo anterior expuesto concluyo que existen diversos factores de riesgo para poder padecer enfermedades crónico degenerativas, es obvio que tratamiento que nosotros debemos de preescribir al px debe ser completamente individual y de acuerdo a las diferentes comorbilidades que presente. Pero lo más importante a destacar es que hay que tomar consciencia de acuerdo a todos los hábitos alimenticios que existen, ya que por lo general una mala alimentación es la principal causa de diabetes, obesidad, etc. Y que la alimentación juega un papel muy importante tanto en la prevención primaria, tanto como la secundaria y terciario, y por ello es indispensable tener el acompañamiento de un especialista.

Bibliografía:

Universidad del sureste (2023). Nutrición en enfermedades renales, quinto cuatrimestre. PDF