

Súper nota

Nombre de alumno: Carla Karina Calvo Ortega

Nombre del profesor: LN. Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nombre del trabajo: Implementación del tratamiento

Materia: Sobrepeso y obesidad

Grado: Octavo cuatrimestre

Grupo: Nutrición

Implementación del TRATAMIENTO

tratamiento dietético

La dieta altamente hipocalórica, es aquella que aporta menos de 800 kcal/día con el objetivo de maximizar los resultados de la restricción calórica en el tratamiento del exceso ponderal. Las dietas hipocalóricas se caracterizan por tratar de compensar las pérdidas nitrogenadas del cuerpo, por lo que suelen ser hiperproteicas y pobres en lípidos e hidratos de carbono

Los alimentos ricos en fibra contribuyen a aumentar la saciedad de la dieta y permiten un mejor control metabólico, al modular la absorción de nutrientes.



tratamiento psicológico

La obesidad trae como consecuencia una serie de situaciones que se manifiestan en patologías a nivel orgánico, emocional y psicológico.

El apoyo psicológico es esencial para el éxito de un programa de reducción de peso.

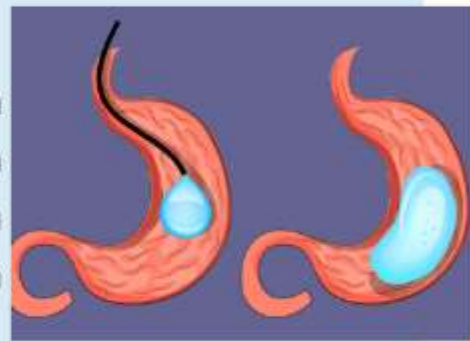
Todas las acciones terapéuticas se deberán apoyar en medidas psicoconductuales y nutriólogicas para modificar conductas alimentarias nocivas a la salud.



tratamiento quirúrgico

BALÓN INTRAGÁSTRICO

Es un dispositivo flexible de silicona que se coloca en el estómago, ocupando una importante proporción de su volumen normal. De este modo se provoca una pronta sensación de saciedad, reduciendo la cantidad de alimento que se consume.



CIRUGÍA BARIÁTRICA

El objetivo base de la cirugía bariátrica es disminuir el aporte energético y la formación de grasa corporal y estimular el consumo de la grasa ya formada. Este objetivo tiene su base en dos principios: la restricción o reducción de alimentos ingeridos, y la modificación de su absorción.

BANDA GÁSTRICA AJUSTABLE

Consiste en implantar un dispositivo circular alrededor de la región cardial del estómago dividiéndolo en dos porciones, una pequeña de unos 10 ml, que limita la cantidad de alimento que se puede ingerir de una vez y otra grande que comprende el resto de la cavidad estomacal.

GASTRECTOMÍA TUBULAR O MANGA GÁSTRICA

Es un procedimiento restrictivo que se realiza por laparoscopia y que consiste en seccionar y reseca dos terceras partes del estómago, en la curvatura mayor, dejando la parte interna en forma de tubo.

GASTRECTOMÍA EN MANGA

Favorece la pérdida de peso por dos mecanismos: el primero y el más evidente, es el físico que se produce por la restricción de alimento; el segundo es un mecanismo fisiológico a nivel hormonal.

Fitoterapia

El mecanismo natural de la combustión de grasas se puede activar con la inclusión de determinados condimentos y especias (jengibre, mostaza, cayena y canela, entre otros). Las plantas medicinales (té verde, mate, guaraná), las enzimas digestivas (bromelaina, papaína), los frutos (citrus, ananás), son útiles para conseguir una sustancial disminución del peso corporal.

GRUPOS DE PRODUCTOS NATURALES QUE SE RECONOCEN COMO COADYUVANTES DEL SOBREPESO Y LA OBESIDAD SEGÚN SU MECANISMO DE ACCIÓN

- Aumento de la lipólisis/termogénesis.
- Inhibición del apetito/aumento de la sensación de saciedad.
- Mejora en la retención de líquidos con drenantes/depurativos.
- Interferencia en la absorción de grasas.
- Control de la ansiedad/ingesta compulsiva



Educación nutricional para la atención del sobrepeso y obesidad

Las estrategias desarrolladas por las políticas nutricionales incluyen entre sus propuestas los programas de educación nutricional como instrumentos esenciales para el logro de los cambios de hábitos alimentarios y estilos de vida de las poblaciones.



Los buenos hábitos alimentarios de una población tienen su origen en las pautas educativas recibidas, de manera más o menos consciente, en el medio familiar desde los primeros años de la vida y moduladas a lo largo de la misma por el conjunto de toda la sociedad.

Estrategias de comunicación y educación nutricional

Las nuevas estrategias de los programas de educación nutricional valoran los recursos disponibles, las limitaciones y ventajas de las estructuras sociales y fijan objetivos abordables y diseños que puedan facilitar el logro de los mismos. Para su desarrollo proponen:

- Promocionar la investigación que permita trabajar sobre un buen diagnóstico de situación que lleve a elegir las acciones más adaptadas.
- Estimular a las empresas agroalimentarias para que produzcan y distribuyan alimentos de calidad nutricional y organoléptica, sobre la base de la máxima seguridad alimentaria.
- Actualizar la legislación alimentaria a tenor de los avances de la comunidad científica y las nuevas necesidades del consumidor.
- Utilizar los programas escolares en sus contenidos académicos y oferta de servicios (comedores escolares, instalaciones deportivas).
- Favorecer cauces informativos que garanticen una adecuada comunicación en salud que contribuya a mejorar la cultura alimentaria de la gente.
- Potenciar programas y acciones educativas (programas de educación nutricional y consejo dietético) desde los servicios de Atención Primaria.

Bibliografía:

Universidad del sureste. *Antología de sobrepeso y obesidad.* (p 81-108)