



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Jorge Alejandro Molina Moreno

Nombre de la Actividad: Temas para seminario de tesis

Parcial: 1

Nombre de la Materia: Seminario de Tesis

Nombre del profesor: Nayeli Morales

Gómez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 8

TEMA 1. OBESIDAD EN LA ADOLESCENCIA

¿Qué es la obesidad?

La obesidad es una enfermedad crónica grave que puede dañar la salud de una persona. El sobrepeso y la obesidad se refieren a un exceso de grasa corporal. Dado que es difícil medir directamente la grasa corporal, se utiliza un indicador llamado índice de masa corporal (IMC) para estimar la grasa que la persona tiene en el cuerpo. El IMC toma el peso y la estatura de un niño para calcular el resultado. Este resultado se compara con los estándares para niños del mismo sexo entre las edades de 2 y 20 años. Se dice que alguien tiene sobrepeso si su IMC se encuentra entre el percentil 85 y 95 para su edad y su sexo. Se dice que es obeso si su IMC es mayor que el percentil 95 para su edad y su sexo. (Medicine, Stanford medicine, 2023)

Causas de la obesidad

Algunos trastornos hormonales, como una glándula tiroidea poco activa (hipotiroidismo) o la hiperactividad de las glándulas suprarrenales, pueden provocar obesidad, pero no suelen ser su causa. Los adolescentes con aumento de peso causado por trastornos hormonales son por lo general de baja estatura y suelen presentar otros signos del trastorno subyacente. Un adolescente obeso de baja estatura y con hipertensión debe ser examinado para descartar el trastorno hormonal denominado síndrome de Cushing.

La genética representa un papel, lo que significa que algunas personas presentan un riesgo superior de obesidad que otras y la obesidad puede ser más frecuente entre los miembros de una misma familia.

Debido al estigma de la sociedad contra la obesidad, muchos adolescentes obesos tienen una mala imagen de sí mismos y pueden quedarse aislados socialmente.

(MSD, 2022)

¿Cuáles son los riesgos y complicaciones de la obesidad?

- Un aumento en el riesgo de enfermedades del corazón
- La alta presión de la sangre
- Diabetes
- Problemas al respirar
- Dificultades al dormir.

(Medline P. , 2020)

Factores de riesgo de obesidad en la adolescencia

En el desarrollo de la obesidad es el resultado de una compleja interacción entre factores genéticos y ambientales otras palabras, los hábitos y estilo de vida poco saludables son los determinantes del desarrollo de obesidad en individuos con una predisposición genética.

Este importante aumento de la prevalencia de obesidad en la adolescencia ha sido demasiado rápido para ser explicado por un cambio genético; más bien parece ser el resultado de cambios en los hábitos de alimentación y actividad física que han alterado el balance entre ingesta y gasto energético.

(Clinica, 2017)

Prevención de la obesidad

Las recomendaciones para la prevención del sobrepeso y la obesidad durante la niñez y adolescencia incluyen las siguientes:

- Cambie gradualmente los hábitos de alimentación y los niveles de actividad de la familia en lugar de concentrarse en el peso del niño.
- Dé el ejemplo. Los padres que comen alimentos saludables y participan en actividades físicas dan el ejemplo y, por lo tanto, es más probable que su hijo los imite.

- Fomente la actividad física. Los niños deben realizar al menos 60 minutos de actividad física todos los días.
- Reduzca el tiempo de "pantalla" frente al televisor y la computadora a menos de dos horas diarias.
- Tenga leche descremada o parcialmente descremada, frutas frescas y verduras en la heladera, en lugar de refrescos y bocadillos con alto contenido de grasa y azúcar.
- Sirva al menos cinco porciones diarias de frutas y verduras.
- Aliente a los niños a tomar agua en vez de bebidas con azúcar agregada, como refrescos, bebidas deportivas y bebidas a base de jugo de frutas.

(Medicine, Stanford Medicine, 2019)

TEMA 2. DIABETES GESTACIONAL

¿Qué es la diabetes?

La diabetes gestacional es un tipo de diabetes que puede aparecer durante el embarazo en las mujeres que no tengan ya diabetes. La diabetes gestacional afecta a entre el 2 y el 10 % de los embarazos en los Estados Unidos cada año. Manejar la diabetes gestacional la ayudará a tener un embarazo saludable y un bebé sano.

(CDC, 2020)

Causas de la diabetes

- Tiene más de 25 años al quedar embarazada
- Proviene de un grupo étnico con un mayor riesgo, como latino, afroamericano, nativo americano, asiático o de las islas del Pacífico
- Tiene antecedentes familiares de diabetes

- Dio a luz a un bebé que pesó más de 9 libras (4 kg) o que tuvo una anomalía congénita
- Tiene presión arterial alta
- Tiene demasiado líquido amniótico
- Ha tenido un aborto espontáneo o mortinato de manera inexplicable
- Tenía sobrepeso antes del embarazo
- Aumentó excesivamente de peso durante su embarazo
- Presenta síndrome de ovario poli quístico

(Plus, Medline Plus, 2022)

Factores de riesgo de la diabetes

- Sobrepeso u obesidad
- Falta de actividad física
- Prediabetes
- Diabetes gestacional en un embarazo previo
- Síndrome de ovario poli quístico
- Miembro de la familia inmediata con diabetes
- Parto previo de un bebé con un peso de más de 9 libras (4,1 kilos)
- Pertenencia a una determinada raza o etnia, como negra, hispana, indígena americana o asiática americana

(Clinic, Mayo Clinic, 2022)

Complicaciones de la diabetes

Macrostomia

Macrostomia significa un bebé mucho más grande de lo normal. Esto sucede si la sangre de la madre tiene demasiada azúcar. El páncreas del feto percibe este alto

nivel de azúcar en sangre y fabrica más insulina. El feto puede transformar el azúcar adicional en grasa. Esta grasa adicional significa un bebé más grande.

Un bebé más grande que lo normal puede resultar difícil de dar a luz. El bebé puede tener traumatismos o daños nerviosos o tal vez requiera nacer por cesárea.

Hipoglucemia

Hipoglucemia es el bajo nivel de azúcar en sangre. Esto puede sucederle al bebé justo después de nacer si los niveles de azúcar en sangre de la madre son muy altos. Estos altos niveles en la madre hacen que el feto fabrique más insulina. Una vez que el bebé nace, ya no tiene los niveles de azúcar en sangre altos de la madre. Esto provoca que el nivel de glucosa en sangre del bebé recién nacido baje mucho.

(Medicine, Stanford Medicine, 2017)

Diagnóstico de la diabetes

El test de O' Sullivan es la prueba que confirma si existe diabetes gestacional.

Para el diagnóstico de posible diabetes inducida por el embarazo, uno de los signos externos es una importante ganancia de peso de la madre entre una y otra visita al médico.

Si una mujer presenta este aumento, se llevará a cabo una prueba de screening o despistaje de diabetes. A este análisis se le llama test de O' Sullivan. Debe realizarse entre las semanas 24 y 28. Si está alterado, debe hacerse la curva de glucemia, en ayunas, con 100 g de glucosa durante tres horas. El diagnóstico se hace si hay dos o más datos elevados incluyendo el de ayunas.

(Navarra, 2023)

TEMA 3. HIPERTENSION

¿Qué es la hipertensión?

Se habla de hipertensión cuando la presión de la sangre en nuestros vasos sanguíneos es demasiado alta (de 140/90 mmHg o más). Es un problema frecuente que puede ser grave si no se trata.

(Salud O. M., 2023)

Causas de la hipertensión

- Tiene antecedentes familiares de hipertensión.
- Es hombre. En las mujeres el riesgo es mayor después de los 55 años.
- Tiene más de 60 años. Los vasos sanguíneos se debilitan con los años y pierden su elasticidad.
- Se enfrenta a niveles altos de estrés. Según algunos estudios, el estrés, la ira, la hostilidad y otras características de la personalidad contribuyen a la hipertensión, pero los resultados no han sido siempre uniformes.
- Sufre de sobrepeso u obesidad.
- Usa productos de tabaco. El cigarrillo daña los vasos sanguíneos.
- Usa anticonceptivos orales. Las mujeres que fuman y usan anticonceptivos orales aumentan considerablemente su riesgo.
- Lleva una alimentación alta en grasas saturadas.

(The Texas Heard, 2009)

¿Cuáles son los diferentes tipos de presión arterial alta?

Hay dos tipos principales de presión arterial alta: Primaria y secundaria.:

- **Primaria o esencial:** Es el tipo más común de presión arterial alta. Por lo general se desarrolla con el tiempo a medida que envejece

- **Secundaria:** Es causada por otra condición médica o el uso de ciertos medicamentos. Por lo general, mejora al tratarse la causa o al dejar de tomar los medicamentos que la provocan

(Medline p. , 2011)

Síntomas de la hipertensión

Clínicamente, la hipertensión puede no dar sintomatología o, por el contrario, manifestarse en forma de fuertes dolores de cabeza, congestión del rostro, náuseas, vómitos y visión borrosa. Esta serie de síntomas suele darse con las subidas repentinas de tensión.

En la mayoría de casos, el problema se detecta al medir la tensión del paciente en revisiones rutinarias o en los chequeos médicos periódicos, llevando al especialista a iniciar un seguimiento de la tensión del paciente.

(Doctors, Top Doctors, 2012)

Factores de riesgo de la hipertensión

- Exceso de peso
- Falta de actividad física
- Consumo excesivo de sal y alcohol
- Ingesta insuficiente de potasio
- Tabaquismo
- Estrés
- Presión arterial fronteriza (130-139/85-89 mm de Hg), antecedentes familiares de hipertensión
- Tener más de 60 años de edad

(Fernandez, 2008)

TEMA 4. ULCERAS POR PRESION

Concepto de UPP

Las úlceras por presión son áreas de piel lesionada por permanecer en una misma posición durante demasiado tiempo. Comúnmente se forman donde los huesos están más cerca de la piel, como los tobillos, los talones y las caderas. El riesgo es mayor si está recluido en una cama, utiliza una silla de ruedas o no puede cambiar de posición. Las úlceras por presión pueden causar infecciones graves, algunas de las cuales pueden poner la vida en peligro. Pueden constituir un problema para las personas en los centros de cuidados especializados.

(Plus, Medline Plus, 2021)

Síntomas de las UPP

Los signos de advertencia de las úlceras de decúbito, o úlceras por presión, son los siguientes:

- Cambios inusuales en el color o en la textura de la piel
- Hinchazón
- Supuración
- Un área de la piel que se siente más fría o más caliente al tacto que otras áreas
- Áreas sensibles

(Clinic, Mayo Clinic, 2018)

Causas de las UPP

Las úlceras por presión se pueden formar por:

- Estar acostado en la cama o sentado en una silla de ruedas sin cambiar de posición con frecuencia
- Material médico como catéteres, el manguito del tensiómetro, vendas quirúrgicas o las vías intravenosas que presionan la piel

(Hospital, 2009)

Tratamiento de las UPP

El tipo de tratamiento depende de la fase en la que se encuentre la úlcera por presión (lesión reversible o irreversible), ya que esto afectará a la probabilidad de cicatrización de la misma.

Si existe una lesión visible, debería protegerse con el apósito adecuado.

Cuando están afectadas tanto la epidermis como la dermis, el personal de enfermería deberá limpiar y curar la herida, haciendo un seguimiento adecuado para evaluar su evolución.

Independientemente de la fase en la que se encuentre la úlcera por presión, el tratamiento se ha de iniciar lo antes posible

(Medical, 2021)

Lugares en los que aparecen las UPP

Las zonas de mayor riesgo de aparición varían según la posición que adopte el paciente, pero entre las más comunes se encuentran:

- Zona sacro coccígea (la rabadilla).
- Cadera y trocánter mayor.
- Codo.
- Talón.
- Omóplato.
- Rótula (Rodilla).
- Maléolo (Prominencia del tobillo).
- Región Occipital (Detrás de la cabeza).
- Oreja.

(Medica, 2004)

TEMA 5. HEPATITIS

La hepatitis es una inflamación del hígado que puede causar una serie de problemas de salud y puede ser mortal. Las cinco cepas principales del virus de la hepatitis son las de los tipos A, B, C, D, y E. Si bien todas ellas causan enfermedad hepática, se diferencian en aspectos importantes, sobre todo en los modos de transmisión, la gravedad de la enfermedad, la distribución geográfica y los métodos de prevención.

(Salud O. P., 2016)

¿Qué causa la hepatitis?

Existen diferentes tipos de hepatitis, con diferentes causas:

- La hepatitis viral es el tipo más común. Es causada por uno de varios tipos, los virus de la hepatitis A, B, C, D y E. En los Estados Unidos, A, B y C son los más comunes
- La hepatitis alcohólica es causada por el consumo excesivo de alcohol
- La hepatitis tóxica puede ser causada por ciertos venenos, productos químicos, medicamentos o suplementos
- La hepatitis autoinmune es un tipo crónico en el que su sistema inmunitario ataca su hígado. Se desconoce la causa, pero la genética y el entorno pueden influir

(Plus, Medline Plus, 2023)

Síntomas de la Hepatitis

- Cansancio y debilidad inusuales
- Náuseas, vómitos y diarrea repentinos

- Dolor o molestias abdominales, especialmente en la parte superior derecha debajo de las costillas inferiores, que está por encima del hígado
- Heces de color arcilla o gris
- Pérdida del apetito
- Orina oscura
- Dolor articular
- Color amarillento en la piel y en la parte blanca de los ojos (ictericia)
- Picazón intensa

(Clinic, Mayo Clinic, 2022)

Diagnóstico de la Hepatitis

1. La infección con el VHC se diagnostica en dos etapas: La detección de anticuerpos anti-VHC.
2. Si los anticuerpos anti-VHC son positivos, para confirmar la infección crónica se necesita una prueba que detecte el ácido ribonucleico (RNA) del virus. Además, se debería realizar una prueba de laboratorio para identificar el genotipo del virus. Hay seis genotipos del VHC, y su respuesta al tratamiento es diferente.

(IMSS, 2023)

Tratamiento de la Hepatitis

El tratamiento varía según la causa de la enfermedad. El tratamiento para la hepatitis A suele consistir en una dieta pobre en grasas, descansar y evitar el consumo de alcohol y otros tóxicos. En el caso de la hepatitis B, a las

consideraciones anteriores se añade un tratamiento farmacológico. La hepatitis C también recibe un tratamiento farmacológico.

En los casos de daño hepático, se puede recurrir a un trasplante en caso de que sea necesario.

(Doctors, Top Doctors, 2022)

Bibliografía

- CDC, C. p. (26 de 02 de 2020). *Centros para la prevencion y control de enfermedades CDC*. Obtenido de Diabetes gestacional y embarazo: <https://www.cdc.gov/pregnancy/spanish/diabetes-gestacional.html#:~:text=La%20diabetes%20gestacional%20es%20un,a%20la%20mitad%20del%20embarazo.>
- Clinic, M. (20 de 01 de 2018). *Mayo Clinic*. Obtenido de Ulceras por presion: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/bed-sores/symptoms-causes/syc-20355893>
- Clinic, M. (11 de 06 de 2022). *Mayo Clinic*. Obtenido de Diabetes gestacional: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/gestational-diabetes/symptoms-causes/syc-20355339>
- Clinic, M. (27 de 05 de 2022). *Mayo Clinic*. Obtenido de Hepatitis: <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/hepatitis-a/symptoms-causes/syc-20367007>
- Clinica, I. C. (29 de 08 de 2017). *Clinica las condes*. Obtenido de La obesidad puede ser un problema: <https://www.clinicalascondes.cl/CENTROS-Y-ESPECIALIDADES/Centros/Centro-de-Nutricion/Noticias/Te-puede-interesar/Obesidad-en-la-adolescencia#:~:text=El%20desarrollo%20de%20la%20obesidad,individuos%20con%20un a%20predisposici%C3%B3n%20gen%C3%A9tica.>
- Doctors, T. (13 de 11 de 2012). *Top Doctors*. Obtenido de Hipertension arterial: <https://www.topdoctors.es/diccionario-medico/hipertension-arterial>
- Doctors, T. (19 de 08 de 2022). *Top Doctors*. Obtenido de Hepatitis: <https://www.topdoctors.mx/diccionario-medico/hepatitis-virales/>
- Fernandez, B. E. (11 de 06 de 2008). *Blanca Estela Fernandez*. Obtenido de Hipertension arterial: <http://www.cenaprece.salud.gob.mx/programas/interior/adulto/descargas/pdf/GuiaPaciente sHTA.pdf>
- Hospital, S. J. (29 de 04 de 2009). *St. Jude Children's Research Hospital*. Obtenido de Ulceras por presion: <https://www.stjude.org/es/cuidado-tratamiento/sabia-usted/prevencion-y-control-de-infecciones/ulceras-por-presion-escaras.html>
- IMSS. (18 de 07 de 2023). *IMSS*. Obtenido de Hepatitis: <https://www.imss.gob.mx/salud-en-linea/hepatitis>
- Medica, R. (07 de 26 de 2004). *Redaccion Medica*. Obtenido de Ulceras por presion: <https://www.redaccionmedica.com/recursos-salud/diccionario-enfermedades/ulceras-por-presion>
- Medical, U. (02 de 09 de 2021). *Urgo Medical*. Obtenido de Ulceras por presion: <https://urgomedical.es/heridas-tipos/ulceras-por-presion/>
- Medicine, S. (13 de 08 de 2017). *Stanford Medicine*. Obtenido de Diabetes Gestacional: <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=gestationaldiabetes-85-P03456#:~:text=Macrosom%C3%ADa%20significa%20un%20beb%C3%A9%20mucho,el%20az%C3%BAcar%20adicional%20en%20grasa.>
- Medicine, S. (22 de 14 de 2019). *Stanford Medicine*. Obtenido de Obesidad en los adolescen: <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=obesidad-90-P04730#:~:text=Sirva%20al%20menos%20cinco%20porciones,base%20de%20jugo%20d e%20frutas.>
- Medicine, S. (24 de 02 de 2023). *Stanford medicine*. Obtenido de Obesidad en adolescentes: <https://www.stanfordchildrens.org/es/topic/default?id=obesidad-90-P04730>
- Medline, p. (21 de 09 de 2011). *Medline plus*. Obtenido de Presion arteial alta: <https://medlineplus.gov/spanish/highbloodpressure.html>
- Medline, P. (12 de 08 de 2020). *Medline plus*. Obtenido de Obesidad en adolescentes: <https://medlineplus.gov/spanish/ency/patientinstructions/000348.htm#:~:text=Su%20riesgo>

- %20de%20desarrollar%20problemas,sangre%2C%20un%20signo%20de%20diabetes
MSD, M. (15 de 07 de 2022). *Manual MSD*. Obtenido de Obesidad en los adolescentes:
<https://www.msmanuals.com/es-mx/hogar/salud-infantil/problemas-en-los-adolescentes/obesidad-en-los-adolescentes>
- Navarra, C. U. (27 de 11 de 2023). *Clinica Universidad de Navarra*. Obtenido de Diabetes gestacional: <https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/diabetes-gestacional>
- Plus, M. (24 de 09 de 2021). *Medline Plus*. Obtenido de Ulceras por presion:
<https://medlineplus.gov/spanish/pressurores.html>
- Plus, M. (19 de 04 de 2022). *Medline Plus*. Obtenido de Diabetes gestacional:
<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/000896.htm#:~:text=Usted%20est%C3%A1%20en%20mayor%20riesgo,Tiene%20antecedentes%20familiares%20de%20diabetes>
- Plus, M. (13 de 11 de 2023). *Medline Plus*. Obtenido de Hepatitis:
<https://medlineplus.gov/spanish/hepatitis.html>
- Salud, O. M. (16 de 03 de 2023). *Organizacion Mundial de la Salud*. Obtenido de Hipertension:
<https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/hypertension#:~:text=Panorama%20general,es%20tomarse%20la%20tensi%C3%B3n%20arterial>.
- Salud, O. P. (03 de 06 de 2016). *Organizacion Panamericana de Salud*. Obtenido de Hepatitis:
<https://www.paho.org/es/temas/hepatitis/5-cosas-que-debes-saber-sobre-virus-hepatitis#:~:text=Los%20virus%20de%20las%20hepatitis%20pueden%20ser%20mortales,de%20h%C3%ADgado%20o%20la%20muerte>.
- The Texas Heart, i. (30 de 05 de 2009). *The texas heard institute*. Obtenido de Presion arterial alta: <https://www.texasheart.org/heart-health/heart-information-center/topics/presion-arterial-alta-hipertension-arterial/>