

NUTRICION OBESIDAD Y SINDROME METABOLICO

UNIVERSIDAD DEL SURESTE



“ENSAYO”



**UNIDAD I
SÍNDROME METABÓLICO**

**PROFESORA: DANIELA MONSERRAT MENDEZ
GUILLEN**

**ALUMNO: GERARDO HUMBERTO AGUILAR
CRUZ**

CUATRIMESTRE 6

FECHA DE ENTREGA: 25 DE MAYO DEL 2024

Introducción

El síndrome metabólico no es una enfermedad como tal son múltiples enfermedades las cuales deben ser entendidas de manera infibula para comprender y saber tratar de forma nutricional dicho síndrome.

Se considere síndrome metabólico cuando el paciente u individuo cuentas con las siguientes comorbilidades: obesidad, hipertensión, dislipidemia y diabetes, se ha logrado determinar que el principal factor o desenlazaste del síndrome metabólico es la resistencia a la insulina

SINDROME METABOLICO Y OBESIDAD

El síndrome metabólico es el conjunto de alteraciones conducidas por la obesidad, dislipidemia, hipertensión e hiperglucemia el síndrome metabólico se descubrió en los años xx por kylin siendo rasgo fisiopatológico que conlleva al síndrome metabólico la resistencia a la insulina, al haber demasiada glucosa en sangre se tiene a almacenar en tejido adiposo en forma de triglicéridos, haciendo referencia a la obesidad abdominal como el incremento del perímetro abdominal lo que representa un aumento de la grasa visceral.

La causa acantosis son manchas oscuras que aparecen en el cuello, axilas, codos, rodillas y muchas veces se acompaña de acrololes: verrugas de color negro

Para poder diagnosticar el síndrome metabólico debe de cumplir con varias comorbilidades como: obesidad, dislipidemia, diabetes e hipertensión ya que el síndrome metabólico es el conjunto de estas.

La hiperinsulinemia aumenta la síntesis de vldl debido a la disminución de la lipasa lipoproteína siendo una enzima muy sensible a la acumulación de la insulina y disminuye el aclaramiento de los triglicéridos postprandiales.

La obesidad es el aumento de peso corporal con desequilibrio de las proporciones humanas,

Se clasifica la obesidad en 2 tipos:

La obesidad endógena: es causada por la disfunción de algunas glándulas endógenas como la tiroides (hipotiroidismo), síndrome de Cushing (glándulas suprarrenales), diabetes, síndrome de ovario poliquístico o el hipogonadismo.

La obesidad exógena

Es provocada por los malos hábitos de vida de las personas, es mucho mas frecuente la obesidad exógena que la endocrina, algunas causas de la obesidad exógena son:

- Cultura de consumo alimenticio
- Causas económicas
- Falta de tiempo
- Alcohol y tabaquismo

Es posible detectar la obesidad gracias al IMC que es una relación entre el peso y la altura de la personas pero este IMC no aplica para niños o personas deportistas.

Algunas consecuencias que nos pueden llegar a desarrollar o producir la obesidad y el sobrepeso son:

- Enfermedades cardiovasculares
- Diabetes mellitus tipo II
- Trastornos del aparato locomotor
- Cánceres (endometrio, mama, ovarios, próstata, hígado, vesícula biliar, riñones o colon)

Para contrarrestar la obesidad se necesita un control nutrición y un cambio en los hábitos de vida, como realizar activación física, limitar el consumo calórico y la ingesta de carbohidratos simples, grasas saturadas y trans.

CONCLUSION

En conclusión el síndrome metabólico debe ser tratado de forma individual y comprender la fisiopatología de cada comorbilidad que lo provoca, al igual se debe tener en cuenta el por qué un paciente sufre de obesidad, si un paciente hace un déficit calórico y hace actividad física y no pierde peso debemos tener en cuenta que puede ser por factores endógenos como problemas de la tiroides o hormonales lo que no permite la pérdida de grasa.

BIBLIOGRAFIA

**UNIVERSIDAD DEL SURESTE (2024).
COMITAND DE DOMINGUEZ CHIAPAS
ANTOLOGIA PARA NUTRICION EN LA
OBESIADAD Y SINDROEM
EMETABOLICO ENFERMEDADES
RENALES PAG. (35 A LA 61)**