



Nombre de alumno: Karla Daniela Pinto Lara.

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Mendez Guillen

Nombre del trabajo: ensayo

Materia: Nutrición en obesidad y síndrome metabólico.

Grado: 6

PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: A

El síndrome metabólico, lo podríamos definir como todo aquel conjunto de anormalidades metabólicas que nos darán como factor de riesgo un desarrollo de enfermedades cardiovasculares y diabetes. Aunque es difícil explicar el por qué o como se desencadena todo esto, pero como primer factor tenemos a la insulinoresistencia, después la hipertensión, aumento de colesterol y triglicéridos. Definiremos a la insulinoresistencia como aquella anormalidad de la hormona insulina en la cual el receptor estará dañado y la insulina no podrá introducir la glucosa a la célula. La resistencia a la insulina estará relacionada con la obesidad abdominal y entre estos dos se podría desencadenar este síndrome. Para poder identificar una resistencia a la insulina hay que estar pendiente de la presencia de acantosis nigricans.

Desde el año 1988, el dr. Gerald Reaven describe a el síndrome metabólico como una serie de anormalidades que incluyen hipertensión arterial, diabetes mellitus y dislipidemias, denominándolo síndrome x.

Para un diagnóstico la OMS, ATPII, AACE Y DFI nos presentan los componentes del síndrome metabólico y cómo podemos identificarlo.

Dentro de todo esto Gerald menciona que todas las patologías que desencadenan el síndrome deben ser tratadas de igual manera todas y en conjunto.

De igual manera debemos tratar a toda esa grasa abdominal y visceral ya que esto implicara la formación de tejido adiposo lo cual provocara sustancias químicas llamadas adipoquinas que favorecerán a estados proinflamatorios y protombóticos que conducen a la insulinoresistencia.

La adiponectina en situación de síndrome metabólico disminuye y esto hace que incremente el nivel de triglicéridos, y colesterol ldl, ya que el colesterol hdl también disminuye.

El síndrome metabólico se puede originar de dos formas:

- Genético
- Modificable: en el cual la obesidad, dislipidemias, AF, hábitos alimenticios no son buenos pero que podemos modificar para no obtener una enfermedad cardiovascular o una insulinoresistencia.

Hay que entender que uno de los principales factores para desarrollar esto es la obesidad, y entenderemos que esta es el aumento de grasa corporal y la podemos identificar mediante el IMC.

Dentro del síndrome metabólico la fisiopatología se desarrolla por la alteración del metabolismo de carbohidratos y lípidos lo cual generaran resistencia a la insulina y un estado protombótico y proinflamatorio.

También genera hiperplasia y hipertrofia:

- La hiperplasia nos ayudara a que no haya un aumento de resistencia a la insulina, inflamación y alteración de los macrófagos
- La hipertrofia por otro lado aumentara todo esto y así nos perjudicara con la resistencia a la insulina y el SM.

Tenemos que tener en cuenta que el SM no solo se da en adultos si no también en niños, y en México puede ser muy recurrente ver eso ya que tenemos demasiada obesidad infantil.

Tenemos que tener en cuenta que para diagnosticar un SM tiene que existir algunas de estas patologías:

- Obesidad
- Insulinorresistencia
- Aumento de triglicéridos
- Disminucion de HDL-C
- Aumento de LDL-C
- Hipertensión arterial

Dentro de la obesidad tendremos una clasificación:

- Obesidad endógena: que es la menos frecuente y se da por enfermedades endocrinas y la cual puede disminuir con tratamiento nutricional, tratamiento médico y AF.
- Obesidad exógena: es la más común y se da por un exceso de calorías, las cuales no se gastan debido a un sedentarismo, esta se desencadena por diversos factores y puede desencadenar múltiples enfermedades, pero puede ser tratada con tratamiento nutricional, AF, tratamiento médico y controlando todas aquellas enfermedades que se pudieron desarrollar durante esa obesidad.

Bibliografía

Universidad del sureste, Apuntes de clase, unidad I.

Bibliografía

Universidad del Sureste (2024), libro de enfermedades cardiovasculares. Pp: 10-21

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/3ca1375167028776f01db8e3df1b757e-LC->

LNU603%20NUTRICION%20EN%20ENFERMEDADES%20CARDIOVASCULARES.pdf