



NUTRICIÓN EN OBESIDAD Y SÍNDROME METABÓLICO.

**Alumna: Jimena Maldonado Marín.
Profesora: Daniela Monserrat Méndez Guillen.
6° cuatrimestre.
Unidad II.
Fecha: Junio 2024.**



DIABETES MELLITUS

DIABETES MELLITUS.

Grupo de enfermedades sistémicas, crónicas, de causa desconocida con grados variables de predisposición hereditaria y distintos factores ambientales.

RESISTENCIA A LA INSULINA.

Es una condición común en el ser humano con síndrome metabólico y se asocia con un incremento en el riesgo de diabetes mellitus y enfermedad cardiovascular.

APLICACIÓN DEL PROCESO DE ASISTENCIA NUTRICIONAL.

La nutrición y actividad física son partes importantes de un estilo de vida, para poder estar en un normo peso, a demás otros beneficios son que se regulan los niveles de glucosa y presión arterial. Se debe de consumir una dieta variada, predominando los vegetales y frutas, cereales integrales, aceites sin proteínas y reducir el consumo de azúcares y sodio.

CLASIFICACIÓN.

- Diabetes Mellitus tipo 1.
- Diabetes Mellitus tipo 2.
- Otros tipos. Diabetes Mellitus gestacional.

CONCEPTOS Y SIGNIFICADOS

Hay tres tipos principales de diabetes: tipo 1, tipo 2 y diabetes gestacional.
La diabetes mellitus es una enfermedad metabólica caracterizada por niveles de azúcar (glucosa) en sangre elevados.
A la glucosa que circula por la sangre se le llama glucemia.

DETECCIÓN SISTEMÁTICA Y CRITERIOS DE DIAGNÓSTICO.

Podemos realizar el diagnóstico según los siguientes criterios:

- Síntomas de diabetes + glucemia casual 200 mg /dl
- Glucemia plasmática en ayunas 126 mg /dl (8hs de ayuno)
- Glucemia 2 hs postprandial 200 mg /dl durante un test de tolerancia oral a la glucosa (Glucosa: 1.75 g/kg, máximo 75g)

TRATAMIENTO DE LA PRE-DIABETES.

Este es un estado muy riesgoso de padecer diabetes y se ha demostrado que empieza este estado desde la adolescencia y niñez, por lo cual se ha recomendado hacer actividad física, comer de manera adecuada e implementar comedores saludables en las escuelas.

COMPLICACIONES AGUDAS.

- Hipoglucemia.
- Cetoacidosis.
- Hiperglucemia.
- Hemorragias retinianas.
- Encefalopatía hipoglucémica.

COMPLICACIONES A LARGO PLAZO.

- Microvasculares.
- Retinopatías.
- Nefropatía diabética.
- Lesiones de nefropatía diabética.

INCIDENCIAS Y PREVALENCIA

La ocurrencia de la diabetes mellitus se puede medir de dos formas fundamentales: la incidencia y la prevalencia. La incidencia se refiere a la transición del estado de no enfermedad al estado de enfermedad.
La prevalencia se refiere a la probabilidad de estar enfermo en un momento dado.

TRATAMIENTO DE LA DIABETES

el diagnóstico de la DM2, si está asociado a obesidad aparte de la modificación del estilo de vida del paciente, es conveniente desde el principio agregar metformina.

HIPOGLUCEMIAS DE ORIGEN NO DIABÉTICO.

Hipoglucemia en ayunas
En personas sanas, es poco probable que el ayuno prolongado (incluso de varios días) y el ejercicio intenso (incluso tras un periodo de ayuno) produzcan hipoglucemia.
Algunos síntomas son: sudoración, fatiga, frío, debilidad, cefaleas, náuseas, etc.

BIBLIOGRAFÍA.

**Universidad del sureste (UDS) antología para
nutrición en obesidad y síndrome metabólico
(2024)**