



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

UDS

MATERIA:
NUTRICION EN OBESIDAD Y
SINDROME METABOLICO

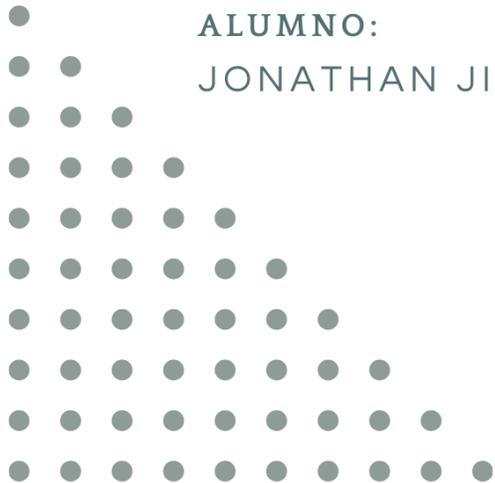
PROFESORA: DANIELA MONSERRAT
MENDEZ GUILLEN

ENSAYO

ALUMNO:

JONATHAN JIMENEZ GOMEZ

6° CUATRIMESTRE



COMITÁN DE DOMÍNGUEZ CHIAPAS A
25 DE MAYO DEL 2024

NUTRICION EN OBESIDAD Y SINDROME METABOLICO

La obesidad es una enfermedad crónica, que es un exceso de acumulación de grasa en el cuerpo. Esta acumulación excesiva de grasa puede ocurrir debido a una variedad de factores, incluyendo la ingesta excesiva de alimentos ricos en calorías, la falta de actividad física, factores genéticos, cambios hormonales, y otros aspectos biológicos, psicológicos y socioeconómicos.

El sx metabólico es un conjunto de anormalidades metabólicas que conlleva a un factor de riesgo para desarrollar enfermedades cardiovasculares y diabetes. A causa de presentar obesidad o también hipertensión, su fisiopatología del sx metabólico ha estado por mucho tiempo cuestionada en si por lo que no tiene origen como tal, pero se conoce que la insulinoresistencia es considerado como pilar para el desarrollo de sx metabólico. La relacion entre la obesidad e insulinoresistencia ha sugerido ala primera como origen o un factor desencadenante del sx metabólico causando desordenes o anormalidades metabólicas que pueden causar:

- Diabetes
- ECV
- Hipertensión
- Obesidad abdominal
- Hiperlipidemias

Desde el año 1988, en que el Dr. Gerald Reaven describe el sx como una serie de anormalidades que incluyen hipertension arterial, DM y dislipidemias , denominándolo como sx x. tambien el Dr menciona que debemos tratar por igual de los componentes del sx y no al conjunto como una sola entidad.

Por lo que el sx metabólico es un conjunto de anormalidades metabólicas en CH Y LP que estas tienen como origen ya sea genético o modificable que la persona presente obesidad, dislipidemias, ↓ AF, hábitos alimentarios poco saludables. Estas alteraciones en el metabolismo causan un estado de protrombótico y proinflamatorio.

El estado de inflamatorio crónico que acompaña al SM es llamado como inflamación crónica de bajo grado en otras investigaciones lo han denominado “meta inflamación“ que la cual se significa inflamación metabólica. El SM tiene relacion directa con las adipocitos que estas generan acidos

grasos libres, que aumenta la síntesis de las lipoproteínas, gluconeogénesis y las dislipidemias, provocando RI y perjudica la función de las células beta del páncreas, desencadenando la DM2. A su vez también los adipocitos actúan como células inmunitarias y son capaces de sintetizar y liberar adipocinas y citoquinas pro-inflamatorias que son:

- Leptina
- Resistina
- PAI-I
- IL-6
- FNTA

Las adipocitoquinas integran las señales endocrina, autocrina y paracrina para mediar los múltiples procesos: sensibilidad a la insulina, coagulación sanguínea, respuestas inflamatorias que se aceleran la aterosclerosis, la ruptura de placa y la aterosclerosis. El SM en presencia en la infancia y adolescencia una preocupación creciente debido al aumento de la obesidad infantil y adolescente. El SM en esta etapa de la vida se define de manera similar al de los adultos, pero con algunos ajustes debido a las diferencias fisiológicas y de desarrollo.

Por otro lado la obesidad, según su origen se puede clasificar en 2 tipos: Endógena, es la menos frecuente de estos, es debido a problemas provocados por disfunción de algunas glándulas endocrinas. La obesidad exógena es aquella que se debe a un exceso en la alimentación o a determinantes hábitos sedentarios. El sobrepeso y la obesidad pueden causar una serie de problemas de salud graves, como enfermedades cardíacas, diabetes tipo 2, trastornos respiratorios, problemas articulares, trastornos metabólicos, problemas de salud mental, riesgo elevado de ciertos cánceres, complicaciones reproductivas, enfermedades hepáticas y una reducción en la esperanza de vida. El tratamiento nutricional implica controlar las porciones, tener una dieta equilibrada rica en frutas, verduras y proteínas, limitar alimentos procesados y azúcares añadidos, planificar comidas, llevar un registro de alimentos, recibir educación nutricional y apoyo profesional (en casos especiales). Esto se hace para reducir la ingesta de calorías, promover la pérdida de peso y adoptar un estilo de vida saludable.

Referencia:

Jonathan Jimenez (2024) Apuntes de la materia de nutrición en obesidad y SM

