

UNIVERSIDAD DEL SURESTE CAMPUS TAPACHULA

NUTRICIÓN EN OBESIDAD Y SINDROME
METABOLICO

INFOGRAFIA "SINDROME
METABOLICO"

DOCENTE: JHOANNA LEAL LOPÉZ

ALUMNA: VALENTINA DIAZ ZEQUEDA

SEXTO CUATRIMESTRE

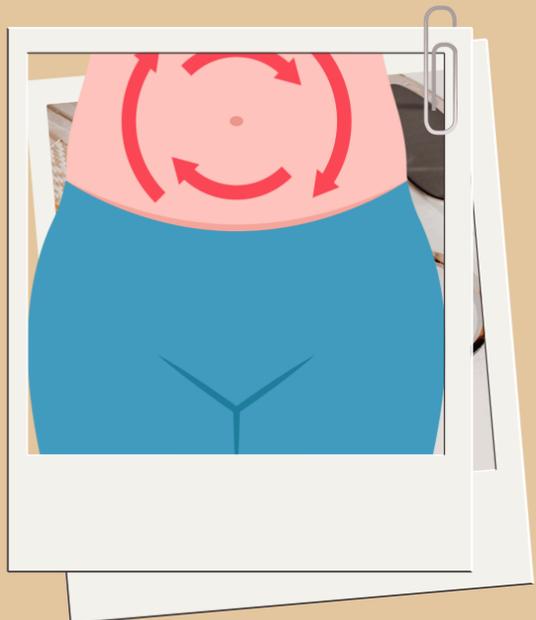
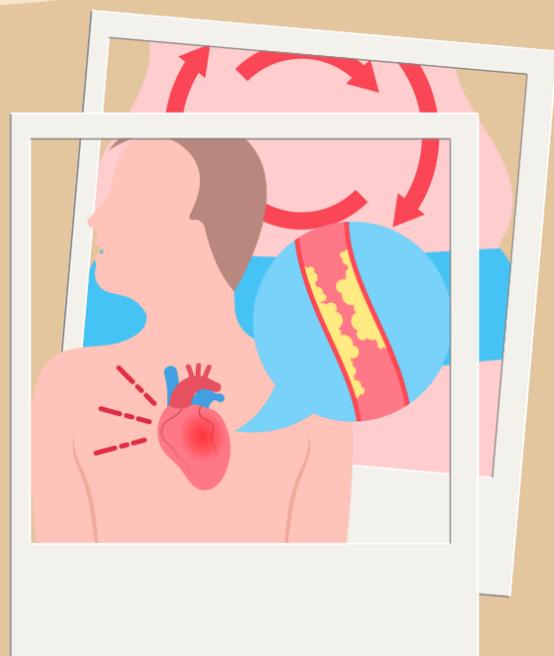
18 MAYO 2024

UDS

Síndrome Metabólico

¿Qué es?

Son trastornos que aumentan el riesgo de padecer enfermedades cardíacas, un derrame cerebral y diabetes



Diagnostico

Obesidad abdominal: perímetro de cintura mayor o igual a 94 cm en varones y 88 cm en mujeres. Triglicéridos altos: mayores a 150 mg/dL (o en tratamiento hipolipemiante específico).

Epidemiología

Los adultos mexicanos con síndrome metabólico son 36.5 millones de ellos, dos millones tienen un alto riesgo de desarrollar DMT2 en los próximos 10 años y 2.5 millones enfermedades cardiovasculares.



Tratamiento

Los alimentos ricos en fibra pueden reducir el colesterol y pueden proporcionarle vitaminas y minerales importantes.

Sedentarismo

Estar mucho tiempo sentado o acostado, haciendo poco o nada de ejercicio
La Organización Mundial de la Salud (OMS) aproximadamente un 60% de la población a nivel mundial, no realiza suficiente actividad física

