

UNIVERSIDAD DEL
SURESTE

DOCENTE: DRA. KAREN
MICHELLE BOLAÑOS
PÉREZ.

ALUMNA: CELSO
FABIAN BARRIOS
MENDEZ

LICENCIATURA:
MEDICINA HUMANA.
7 SEMESTRE.

MATERIA: CRECIMIENTO
Y DESARROLLO
BIOLÓGICO.

TEMA: OBESIDAD

ACTIVIDAD: INFOGRAFIA

FECHA DE ENTREGA:

SÁBADO 9 DE

NOVIEMBRE

SOBREPESO Y OBESIDAD



DEFINICIÓN

Enfermedad crónica, multifactorial y neuroconductual, en donde un incremento en la grasa corporal provoca la disfunción del tejido adiposo y una alteración en las fuerzas físicas de la grasa corporal que da como resultado alteraciones metabólicas, biomecánicas y psicosociales adversas para la salud



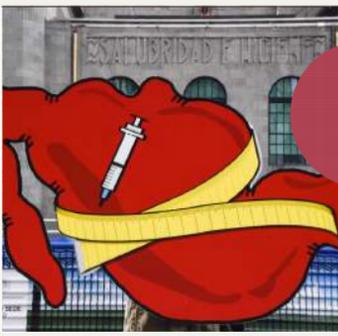
ETIOLOGIA

- Desequilibrio energético
- Aumento en la ingesta de alimentos de alto contenido calórico que son ricos en grasas
- Descenso en la actividad física
- factores genéticos y epigenéticos, y factores ambientales y sociales, que incluyen el estrés crónico.
- Estado de inflamación crónica donde hay hiperplasia e hipertrofia de los adipocitos



EPIDEMIOLOGIA

- La epidemia de obesidad amenaza el bienestar y la economía de una gran parte de los mexicanos.
- 62.4 millones de personas mayores de 5 años de edad tienen sobrepeso y obesidad en México
- En IMC > 35 presentan SOMNOLENCIA DIURNA por Sx Apnea Obstructiva del Sueño (30%)



EPIDEMIOLOGIA

- El principal factor de riesgo modificable para el desarrollo de las tres primeras causas de muerte en:
- México: "enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus y algunos tipos de cáncer.



PREVENCIÓN

EJERCICIO

- Actividad física al menos 5 a 7 días por semana durante 30 minutos.
- Modificar su ingesta alimentaria, dar seguimiento a la actividad física y controlar los estímulos existentes en su entorno.



DIAGNÓSTICO

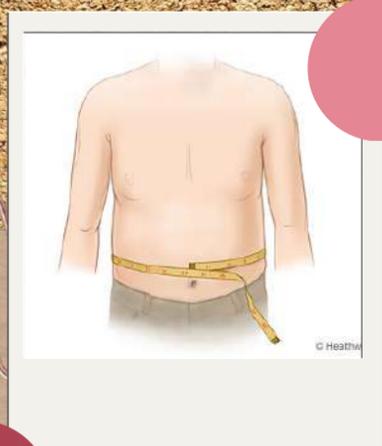
Índice de masa corporal y la circunferencia de la cintura.

IMC

IMC < 18.5	Peso Bajo
IMC 18.5 - 24.9	Peso Normal
IMC 25 - 29.9	Sobrepeso
IMC > 30	Obesidad
<ul style="list-style-type: none"> • IMC 30 - 34.9 • IMC 35 - 39.9 • IMC > 40 	<ul style="list-style-type: none"> • Obesidad Grado 1 • Obesidad Grado 2 • Obesidad Grado 3

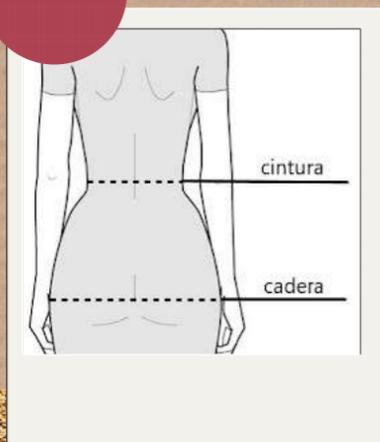
- Estimación práctica para clasificar a los adultos con bajo peso, sobrepeso u obesidad.
- Es el peso de una persona en kilogramos dividido entre el cuadrado de su altura

SOBREPESO Y OBESIDAD



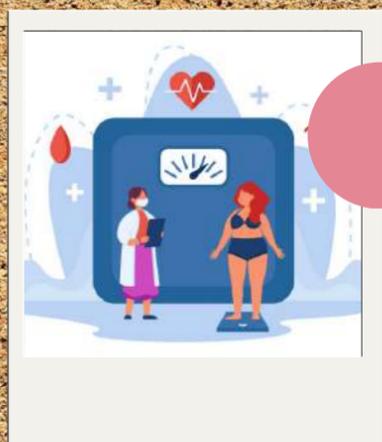
CIRCUNFERENCIA DE CINTURA

- Indicador para detectar posibles riesgos de salud relacionados con la acumulación de grasa.
- Medir la circunferencia de cintura en pacientes adultos con sobrepeso y obesidad.
- Indicado en pacientes con un IMC entre 25 y 35 kg/m²



ÍNDICE CINTURA-CADERA

- Tendencia o predisposición personal a acumular grasa
- Incide en la probabilidad de padecer enfermedades cardíacas, diabetes o problemas de tensión arterial, entre.
- ICC puede ser un indicador más preciso de sobrepeso y riesgo de enfermedades



TRATAMIENTO

FARMACOLÓGICO

IMC > 30

IMC 27 - 29.9 con comorbilides



FÁRMACOS QUE ALTERAN DIGESTIÓN DE GRASAS

- 1ra elección: ORLISTAT
- INHIBE LA LIPASA GÁSTRICA Y PANCREÁTICA Y BLOQUEA LA ABSORCIÓN DE GRASA EN LA DIETA.
- Tiene beneficios en reducción de la TA, la glucosa y los lípidos.
- Dosis recomendada 120 mg cada 8 horas y ADICIONAR VITAMINAS LIPOSOLUBLES.



ANÁLOGOS DEL PÉPTIDO SIMILAR AL GLUCASA TIPO 1

- 1ra elección: LIRAGLUTIDE (subcutánea)
- Administrarlo en abdomen, muslo o brazos.
- Indicado en pacientes con Obesidad y DM2
- Sola dosis diaria de 0.6 mg durante 1 semana
- Se puede incrementar la dosis en intervalos semanales de 1.2, 1.8 o 2.4 hasta llegar a la dosis recomendada de 3mg.



AGENTES SEROTONINÉRGICOS

- 1ra elección: LORCASERINA
- Indicado en pacientes adultos con obesidad, 10mg cada 12 horas con o sin alimentos.
- Se debe evaluar la respuesta al tratamiento a las 12 semanas.
- CONTRAINDICADO si tiene Creatinina menor 30 ml/min y en embarazo.



FÁRMACOS COMBINADOS

- 1ra elección: FENTAMINA/TOPIRAMATO por 14 días (3.75/23mg)
- Indicado en PACIENTES CON OBESIDAD
- Se debe doblar la dosis en una segunda toma, triplicar a los 14 días o cuadruplicar a las 12 semanas si el tratamiento no ha logrado reducción del 3% del peso
- Topiramato brusco puede provocar convulsiones
- Efectos adversos: parestesias, constipación, insomnio, mareo y disgeusia.
- La Naltrexona/Bupropión no se recomienda por los altos efectos adversos

SOBREPESO Y OBESIDAD



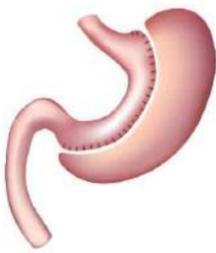
FÁRMACOS SIMPATICOMIMÉTICOS

- No se recomienda Fentamina por más de 12 semanas
- Utilización con duración limitada, y su Vigilancia regulatoria.
- Contraindicado en pacientes con enfermedad coronaria, hipertensión, hipertiroidismo, o en pacientes con un historial de consumo de drogas



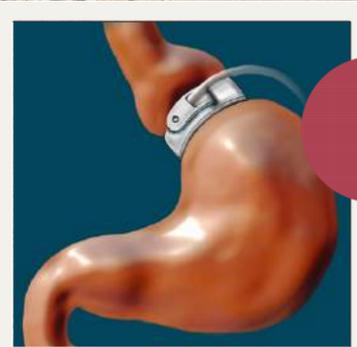
TRATAMIENTO NO FARMACOLÓGICO

- DIETA
- DIETA BALANCEADA BAJA EN CALORIAS
- DIETA BAJA EN GRASAS
- DIETA BAJA EN CARBOHIDRATOS
- DIETA ALTA EN PROTEINAS
- DIETA MUY BAJA EN CALORIAS



TRATAMIENTO QUIRÚRGICO

- CIRUGIA BARIATRICA
- Banda gástrica ajustable
- Gastrectomía en mang
- Bypass gástrico en Y de ROUX



RENACIMIENTO

- Derivación biliopancreática (DVBP) por vía laparoscópica.
- DVBP con switch duodenal u otras técnicas relacionadas.

RESTRICTIVO	BANDA GÁSTRICA
RESTRICTIVO / MALABSORTIVO	BYPASS GÁSTRICO EN Y DE ROUX (GOLD STANDARD BARIÁTICO)
MALABSORTIVO	DERIVACIÓN BILIOPANCRÁTICA CON INTERCAMBIO DUODENAL



CANDIDATOS A CIRUGIA

- Adultos con IMC >40
- IMC 35 - 39.9 con al menos una comorbilidad severa
- Que no hayan alcanzado las metas de pérdida de peso con dieta, ejercicio y farmacoterapia



SIGLO XIX

LIPOSUCCIÓN

Algunos estudios demuestran que después de la liposucción existe una redistribución de la grasa corporal en la grasa visceral, que puede ser contrarrestado con la actividad física.

HISTORIA DEL ARTE

FASES DE MODELO DE CAMBIO DE COMPORTAMIENTO

MODELO DE PROCHASKA ET AL

- Precontemplación:** no tiene intención al cambio, niega tratamiento, no percibe que tenga condición
- Contemplación:** considera el cambio, tiene nivel de conciencia del problema
- Preparación:** determinación y preparación para iniciar el cambio
- Actuación:** modificación manifiesta de la conducta
- Mantenimiento:** continuación y consolidación de nuevo estilo de vida
- Recaída:** fracaso a las estrategias y reversión a las condiciones basales.

METAS

- CORTO PLAZO: PÉRDIDA DE 1 - 4 KG EN PRIMER MES
- MEDIANO PLAZO: PÉRDIDA 10% PESO INICIAL
- LARGO PLAZO: PÉRDIDA 10 - 20% PESO INICIAL

12 tips básicos para bajar de peso

- 1 **Come verduras** en todas tus comidas
- 2 **Evita la comida basura**
- 3 **Mastica lentamente**
- 4 **Toma 2 ó 3 litros de agua** al día
- 5 **Reduce los azúcares** en tu dieta
- 6 **Toma Infusiones** todas las veces que quieras
- 7 **Haz 5 comidas** al día
- 8 **Come proteínas**
- 9 **Duerme 8 horas** diarias
- 10 **Actividad física** mínimo media hora diaria
- 11 **Come frutas**
- 12 **No tomes refrescos azucarados**

