

Nombre del alumno:

Sofía Yamileth Guillén Flores

Nombre del Profesor:

LN. Daniela Monserrat Mendez Guillén

Nombre Trabajo:

Ensayo

Materia:

Sobre peso y obesidad

Grado:

Octavo Cuatrimestre

Grupo:

LNU-08A

UNIDAD I

Como bien sabemos, actualmente la obesidad ya no se considera de forma rápida como una enfermedad, ahora bien según un artículo recién publicado se trata sobre unas fases por así decirlo, antes de poder diagnosticar y se trata sobre la etapa preclínica y clínica, en donde la diferencia es que en la etapa preclínica no hay ningún órgano afectado con su función original, mientras que en la etapa clínica ya se habla de alguna afección en algún órgano del paciente, actualmente el sobre peso y la obesidad se han vuelto muy comunes en la población, y se crean mitos y tabús acerca de este tema, diciendo que entre más gorditos “más galanes, y saludables se encuentran” cuando en realidad no es así, existen muchísimas complicaciones cuando esto no es tratado y los pacientes no se dan cuenta el daño que se están provocando así mismos, es importante destacar que durante esta unidad pudimos aprender más a fondo sobre la obesidad y el manejo que se le puede llegar a dar, resaltando que en varias ocasiones la obesidad puede ser una condición como genéticos-hereditarios o bien modificados por el estilo de vida que lleva el paciente (tipo de alimentación, cultura, edad, sexo, actividad física, entre otras) durante los factores modificables encontramos factores sociales como lo son la familia, que muchas veces por lo mismo de tradiciones, y costumbres que se tienen dentro de ese círculo, somos influenciados a seguir un tipo de estilo de vida, muchas veces también por falta de comunicación o de conocimiento, se parece de percibir la información verdadera y la que interesa acerca de este tipo de temas. En la etapa etiopatogenia de la obesidad encontramos que se reconocen varios factores como lo son: -genéticos, endocrinos, neurológicos, psicológicos, ambientales, embarazo-. La obesidad se considera una condición sistémica, crónica, y multicausal, la cual no respeta edad, sexo, etnias, ni clases sociales. Esto hace que tengamos conciencia de que a cualquier persona que no tenga un estilo de vida adecuado podría estar en un punto en el que será propenso a padecer esta condición, en este punto sabemos y tenemos el conocimiento que el sobre peso es un estado pre mórbido a la obesidad, ya que tiene al igual que la obesidad tiene un exceso de tejido adiposo, o en otras palabras un exceso de grasa en el cuerpo, que esta interfiere de gran manera en los pacientes, desarrollando varias enfermedades que si no existe un control estas podrían tener graves consecuencias, tanto como lo son enfermedades como comorbilidades (Diabetes Mellitus 2, Hipertensión arterial, dislipidemias, síndromes, enfermedades en el estómago) e incluso podría llegar a provocar la muerte, y muchas personas no son conscientes de la gravedad de esta enfermedad.

Para saber la masa corporal de la población o pacientes se podría usar el Índice de Masa Corporal (IMC) sin embargo, actualmente el IMC ha quedado únicamente como un tamizaje, debido a confusiones o conflictos por la composición corporal, ahora bien, en México se recomienda tener una circunferencia de cintura (Cci) en **mujeres:** ≤80cm y en **hombres:** ≤94cm para esto se debería usar la antropometría con los pacientes para poder saber acerca de los parámetros de cada paciente que sea ingresado, ya que niveles que estén por encima de estos parámetros indicarían un mayor riesgo a desarrollar enfermedades como los son: resistencia a la insulina, síndrome de cortisol, hipotiroidismo, dislipidemias, síndrome de Cushing; al igual estas mismas enfermedades las podemos llegar a conectar con las causas del sobrepeso ya diagnosticado, ya que si un paciente tiene alguna de estas enfermedades es aún más probable que sufra de alguna de estas dos condiciones (sobre peso y obesidad) existe más prevalencia cuando el paciente sufre de alguna enfermedad como las anteriores mencionadas y él no tiene el conocimiento de que sufre esa enfermedad, es aún más complejo y difícil de manejar con el paciente, ya que no solo tratamos de hablar de un cambio de alimentación sino que también influye en lo psicológico, el saber abordar este tipo de enfermedades y cambiar la mentalidad de la alimentación, eliminando tabús, mitos, tradiciones y costumbres, que durante toda la vida a llevado con eso (hablando de pacientes adultos). El manejo nutricional que se da con este tipo de paciente es aquel cuando empezamos a darle como las señales o signos que deberían de presentar para que el mismo reconozca si ha subido o no de peso, como lo es preguntarle si su ropa le sigue quedando igual, más justa, más apretada, más floja, o si le llega a marcar la ropa que comúnmente usaba sin ningún problema o inconveniente, si le llega a costar realizar actividades cotidianas que tenía por costumbre como caminar, subir escaleras, realizar alguna actividad física, si se cansa al hablar, o simplemente no puede caminar por mucho tiempo porque se agita, o sufre de dolor, al igual siempre es bueno darle recomendaciones seguidas acerca de las medidas que tiene que tomar sobre su vida, el tener una alimentación saludable (donde entran aquellas recomendaciones de que alimentos evitar, el darle un plan de alimentación acorde a sus patologías, y necesidades/requerimientos nutricionales, logrando una pérdida de peso significativa para tener una mejoría en su salud), al igual recomendarle seguir realizando actividad física para poder ir mejorando y logrando que el objetivo se cumpla, y se encuentre una plenitud en su vida, o una mejor calidad de vida en cuanto a pacientes con enfermedades terminales, darles un buen acompañamiento y mejorar su calidad de vida.

BIBLIOGRAFIA:

Apuntes tomados en clase. Impartido por LN. Daniela Monserrat Méndez Guillén. UDS.
2025

Antología para Sobre peso y Obesidad. UNIDAD 1. UDS. 2025