

**ACTIVIDAD
4, SUPERNOTA**

**“IMPLEMENTACIÓN
DEL TRATAMIENTO”**

ASIGNATURA: SOBREPESO Y PESO



PROFESORA: Daniela Monserrat Méndez Guillen

ALUMNA: JAZMIN BERNABE GALICIA

**8avo. CUATRIMESTRE
28/03/25**



IMPLEMENTACION

DEL



TRATAMIENTO

La dieta altamente hipocalórica, aporta menos de 800 kcal/día para maximizar los resultados de la restricción calórica en el tratamiento del exceso ponderal.



conseguir una máxima pérdida rápida de peso a expensas básicamente de la masa grasa



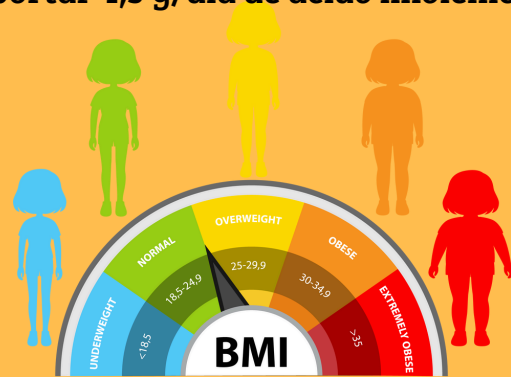
El contenido proteico debe representar entre el 25 y el 50% del valor energético diario de la dieta



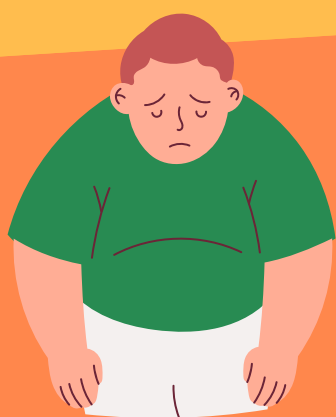
La energía obtenida de las grasas no debe ser superior al 30%, debiendo aportar 4,5 g/día de ácido linoleico



El contenido en fibra alimentaria debe ser de 10 a 30 g y deben aportarse el 100% de las cantidades diarias recomendadas de vitaminas y minerales



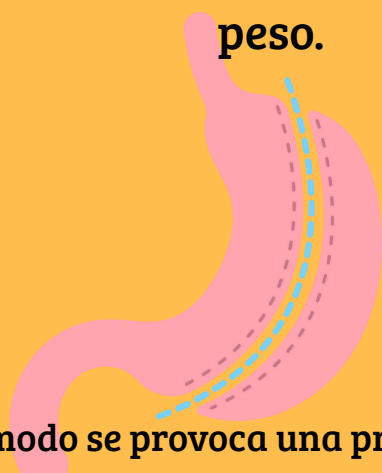
La obesidad es una de las principales epidemias que va en aumento a pesar de los esfuerzos sanitarios y adelantos científicos destinados a combatirla



El psicólogo requiere conocer y aplicar los enfoques inter e intra multidisciplinar en el tratamiento del paciente obeso



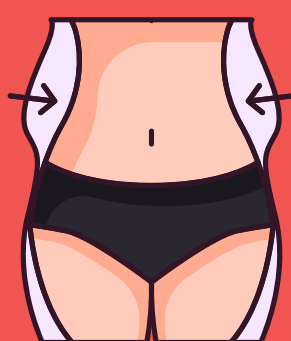
El apoyo psicológico es esencial para el éxito de un programa de reducción de peso.



De este modo se provoca una pronta sensación de saciedad, reduciendo la cantidad de alimento que se consume.



el tratamiento endoscópico, complementando al dietético, consigue alcanzar pérdidas de peso superiores



La pérdida de peso después de la cirugía bariátrica suele acompañarse de una mejora en la imagen corporal y esta apreciación se mantiene estable a largo plazo.



Los programas de educación nutricional tienen que dar respuesta a una necesidad de las poblaciones tan básica como la alimentación saludable



Las políticas nutricionales proponen programas de educación nutricional como herramientas para fomentar cambios en los hábitos alimentarios y estilos de vida de la población.



BIBLIOGRAFÍA:

Universidad del Sureste. (2025). Antología de Sobrepeso y obesidad [Archivo PDF].