



**La obesidad y sus complicaciones metabólicas.**

Alumna: Karla Daniela Pinto Lara.

Universidad del sureste.

Licenciatura en Nutrición.

Seminario de tesis.

Catedrático: Fernando López Santiz.

09/03/2024

## Índice.

### **Capítulo I: La obesidad .**

- 1.1 Concepto de obesidad.....
- 1.2 Antecedentes de la obesidad .....
- 1.3 Determinantes de la obesidad.....
- 1.4 Criterios de diagnóstico de la obesidad.....
- 1.5 La obesidad en México.....

### **2 Capítulo II: La resistencia a la insulina y su relación con la obesidad.**

- 2.1 Conceptos de resistencia a la insulina .....
- 2.2 Fisiopatología de la resistencia a la insulina .....
- 2.3 La resistencia a la insulina y la obesidad .....
- 2.4 Consecuencias de la resistencia a la insulina .....
- 2.5 Manejo nutricional en pacientes con resistencia a la insulina.....

### **3 Capítulo III: La diabetes mellitus tipo 2 y su relación con la obesidad.**

- 3.1 Concepto de diabetes mellitus tipo 2.....
- 3.2 Fisiopatología de la diabetes mellitus tipo 2.....
- 3.3 Antecedentes de diabetes mellitus tipo 2 en México.....
- 3.4 Consecuencias de la diabetes mellitus tipo 2.....
- 3.5 Manejo nutricional en pacientes con diabetes mellitus tipo 2.....

### **4 Capítulo IV: Las dislipidemias y su relación con la obesidad.**

- 4.1 Concepto de dislipidemia.....
- 4.2 Fisiopatología de las dislipidemias.....
- 4.3 Las dislipidemias y la obesidad.....
- 4.4 Consecuencias de las dislipidemias.....
- 4.5 Manejo nutricional en pacientes con dislipidemias.....

### **5 Capítulo V: Síndrome metabólico y su relación con la obesidad.**

- 5.1 Concepto de síndrome metabólico.....
- 5.2 Fisiopatología del síndrome metabólico.....
- 5.3 El síndrome metabólico y la obesidad.....
- 5.4 El manejo nutricional en el síndrome metabólico.....

## **Planteamiento del problema.**

- ¿La obesidad es de los principales factores de riesgo para contraer comorbilidades metabólicas?
- ¿Cómo nutriólogos como podemos intervenir para que la población mexicana reduzca el porcentaje de obesidad?
- ¿Cómo los nuevos criterios de evaluación para sobrepeso y obesidad 2025, nos ayudan a los diagnósticos y tratamiento en este tipo de pacientes?
- ¿Reduciendo el porcentaje de personas con obesidad en México, reduce el porcentaje de personas con diabetes mellitus II, resistencia a la insulina, dislipidemias y síndrome metabólico?
- ¿Por qué en México el porcentaje de personas con sobrepeso y obesidad es alto?

### **Hipótesis.**

- Si los porcentajes de obesidad disminuyen los porcentajes de enfermedades metabólicas disminuye.
- Si el gobierno invierte más en el área de nutrición para que la información sobre la alimentación adecuada llegue a más población, el incremento de personas con sobrepeso y obesidad disminuirá.
- Si en México se ponen en rigor los nuevos criterios de evaluación para el sobrepeso y la obesidad 2025, podríamos mejorar la atención a los pacientes con sobrepeso y obesidad para así recibir una adecuada atención en el área nutricional y médica para cada una de las comorbilidades.

## **Variables.**

Sexo, edad, peso, talla, datos demográficos, antecedentes médicos, economía, cultura, hábitos alimenticios, acceso a atención medica, acceso a alimentos naturales.

## **Objetivos.**

- Evaluar por qué México se encuentra en los primeros lugares de obesidad en el mundo y los factores que lo desencadenan.
- Evaluar el por que la obesidad desencadena comorbilidades.
- Identificar cuales son los factores para que el área de nutrición en México no es tan apoyada como otras áreas de la salud.
- Evaluar como los nuevos criterios de evaluación para el diagnostico de sobrepeso y obesidad 2025 nos ayudaran a un mejor tratamiento para pacientes que padezcan esto.
- Encontrar e implementar nuevas estrategias nutricionales que nos ayuden a no incrementar el porcentaje de sobrepeso y obesidad para así evitar nuevos casos.
- Implementar la educación nutricional en la etapa de preescolar e infancia, y así evitar nuevos casos en un futuro.

## **Justificación.**

La obesidad es una enfermedad crónica que se produce cuando una persona tiene mas peso del que es saludable para su estatura. Esta es causada por un desequilibrio entre la ingesta calórica y el gasto calórico.

Hoy en día México ocupa el segundo país con mayor índice de las 38 naciones que componen la organización para la cooperación y el desarrollo económico (OCDE) esto en personas mayores de 15 años sin incluir las estadísticas de obesidad infantil, derivado de esto la obesidad es un factor de riesgo para las principales causas de muerte en México, de igual manera al desarrollo de enfermedades crónicas como: diabetes mellitus tipo II, enfermedades cardiovasculares, trastorno óseo- musculares, algunos tipos de cancer, hipertensión, resistencia a la insulina etc.

En el estado de Chiapas el sobrepeso y la obesidad es un problema de salud muy complejo, ya que cuenta con una prevalencia del 62.3 por ciento y 77.5 por ciento, respectivamente. Esta afección se ha convertido en el factor de riesgo mas importante para el desarrollo de enfermedades crónicas. El sobrepeso tiene una prevalencia del 42 por ciento en hombres y del 35.5 por ciento en mujeres, mientras que la obesidad afecta al 26.8 por ciento de los hombres y al 35.5 por ciento de las mujeres en el estado. A todo esto también se considera a Chiapas como el estado con más consumo de bebidas azucaradas, de lo cual también parte cierto factor a adquirir sobrepeso y después obesidad. Sin embargo hoy en día este problema de salud publica ha sido normalizado en México y con ello las enfermedades que se derivan del sobrepeso y obesidad, pero ¿Qué pasaría si se implementaran nuevas medidas de nutrición para disminuir estos problemas?, ¿Qué pasaría si implementamos más educación nutricional?, ¿Qué pasaría si el gobierno invirtiera mas en el área de nutrición?,¿Qué sucedería si informáramos a la población sobre las consecuencias del sobrepeso y la obesidad?.

El objetivo de esta investigación básicamente es poder proporcionar la información adecuada sobre la obesidad, desde como se desarrolla, cómo afecta en la salud del paciente, como cada enfermedad derivada de este se desarrolla, como los nutriólogos intervenimos en estos casos, y como podemos intervenir si se llega a desarrollar una comorbilidad. Y como podemos intervenir en base a las estadísticas, para así implementar nuevas formas para prevenir, tratar y erradicar estas enfermedades.

El fin es poder brindarle a la población información, y una mejor calidad de vida.

### **Diseño metodológico.**

- **Descriptivo:** describir las características de la población a estudiar: la investigación se enfocará en la población de 30-40 años de edad, tipo de alimentación, nivel de sedentarismo, causas patológicas (genéticas, metabólicas, hormonales, etc) causas nerviosas, causas dietéticas. Tipo de obesidad que padece el individuo.
- **De revisión:** analizar y sintetizar investigaciones previas: investigación en diferentes bibliografías con información verídica sobre la obesidad y sus complicaciones.
- **Meta analítico:** combina los resultados de diferentes investigaciones: Combinaremos la información obtenida del rango de población de 30-40 años del cual nos enfocaremos en realizar 10 encuestas para obtener información sobre hábitos alimentarios, conocer si cada individuo ya presenta una comorbilidad derivada de la obesidad, tomar diagnóstico de IMC y obtener un nuevo diagnóstico mediante los nuevos criterios de evaluación para el sobrepeso y la obesidad. A partir de ello, compararemos la información obtenida con la información que podamos extraer de los archivos del ENSANUT y del Gobierno federal.
- **Investigación explicativa:** busca la relación causa-efecto, en este caso la causa de la obesidad y el efecto de esta. En este punto buscaremos la causa y los diversos factores que llevan a desarrollar obesidad y el efecto que conlleva a tenerla y no tratarla. Como cada comorbilidad se desarrolla derivado de la obesidad.
- **Investigación cualitativa:** se enfoca en la comprensión profunda de un fenómeno a través de la interpretación de datos no numérico, en este caso toda la información obtenida de fuentes de información confiables. Analizaremos cada punto para así sacar una conclusión en general de toda la información.

## Bibliografía.

Mediavilla Bravo, J. J. (2002). La diabetes mellitus tipo 2. *Medicina Integral*, 39(1), 25-35. <https://www.elsevier.es/es-revista-medicina-integral-63-articulo-la-diabetes-mellitus-tipo-2-13025480>

González-Heredia, T., Méndez-Del Villar, M., Hernández-Corona, D., Mercado-Sesma, A. R., González-Heredia, O. N., Avelar-García, C. E., & Zuñiga, L. Y. (2020). Obesidad: fisiopatología, diagnóstico y tratamiento. *Acta de Ciencia en Salud*, 5(1), 17-29. <https://actadecienciaensalud.cutonala.udg.mx/index.php/ACS/article/download/199/89>

Troyo-Barriga, P. (2004). Obesidad y dislipidemias. *Gaceta Médica de México*, 140(Supl. 2), 49-56. <https://www.medigraphic.com/pdfs/gaceta/gm-2004/gms042g.pdf>

National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. (n.d.). *¿Qué es la diabetes?* National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. Recuperado el 7 de marzo de 2025, de <https://www.niddk.nih.gov/health-information/informacion-de-la-salud/diabetes/informacion-general/que-es>

Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI). (2020). *Número de habitantes. Chiapas*. Recuperado el 7 de marzo de 2025, de <https://cuentame.inegi.org.mx/monografias/informacion/chis/poblacion/>

Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE). (2016, enero 19). *La obesidad en México*. Recuperado el 7 de marzo de 2025, de <https://www.gob.mx/issste/articulos/la-obesidad-en-mexico>

El Herald de Chiapas. (2025, 7 de marzo). *En Chiapas, obesidad y sobrepeso en crecimiento*. Recuperado el 7 de marzo de 2025, de <https://oem.com.mx/elheraldodechiapas/local/en-chiapas-obesidad-sobrepeso-en-crecimiento-16781854>