

Universidad del Sureste



L.N. Patricia del Rosario Luna Gutiérrez

Joseph Alexis Lopez Bautista

Nutrición en síndrome metabólico

6to Cuatrimestre

Licenciatura en Nutrición

Cuadro sinoptico diabetes mellitus

Diabetes mellitus

TIPOS CONCEPTOS Y SIGNIFICADOS

- DM 1 { Enfermedad autoinmune, destrucción de células beta, dependencia total de insulina
- DM 2 { Resistencia a la insulina y/o déficit relativo, común en adultos y asociada a obesidad
- DM 3 { Intolerancia a la glucosa diagnosticada por primera vez durante el embarazo. Puede resolverse tras el parto, pero aumenta el riesgo de desarrollar DM2 a futuro.
- DM 4 { Causas genéticas (como MODY), enfermedades del páncreas, endocrinopatías
Diabetes inducida por fármacos (corticoides, antipsicóticos) o químicos
- DM 5 { Provocada por desnutrición que produce una falla orgánica

QUE ES

Es una afección en la cual varias causas actúan juntas. Estas causas incluyen

- obesidad
- resistencia a la insulina
- estilo de vida inactivo

SINTOMAS

Los pacientes con síndrome metabólico no sienten ningún síntoma. Pero hay signos que pueden indicar a los médicos un diagnóstico de síndrome metabólico:

- Obesidad central: Exceso de grasa en la zona abdominal
- Hipertensión arterial: Presión arterial alta
- Diabetes:
- Niveles elevados de glucosa en sangre

FACTORES DE RIESGO

• Controlables

- Actividad física
- Dieta saludable
- Sueño de calidad
- Evitar alcohol y tabaco

• No Controlables

- Edad y Género
- Medio ambiente
- Genética
- AHF

TRATAMIENTO

- Bajar la presión arterial, como losartán, candesartán, enalapril o lisinapril.
- Disminuir la resistencia a la insulina y reducir el azúcar en la sangre, como metformina o glitazonas.
- Reducir el colesterol y los triglicéridos, como la rosuvastatina, atorvastatina, simvastatina, ezetimiba o fenofibrato.
- Dieta sana y actividad física.
- En ocasiones, se indica metformina.