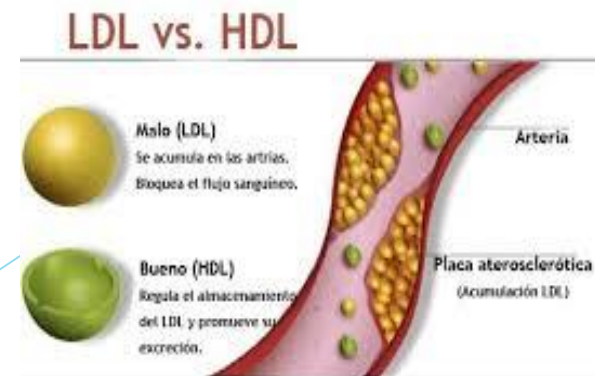


TRASTORNO METABOLICO



DEFINICIÓN

- Un trastorno metabólico ocurre cuando hay reacciones químicas anormales en el cuerpo que interrumpen este proceso.



- ▶ Usted puede desarrollar un trastorno metabólico si algunos órganos, como el hígado o el páncreas, se enferman o no funcionan normalmente.



OBESIDAD

- ✓ La obesidad es una enfermedad en sí misma.
- ✓ Supone el desequilibrio entre la energía ingerida a través de los alimentos y la gastada en el desarrollo de la actividad corporal.
- ✓ Se define por la cantidad de grasa corporal acumulada.



La obesidad es un signo de enfermedad en trastornos como:

- ▶ El hipotiroidismo
- ▶ La enfermedad de Cushing

La obesidad es un factor de riesgo para desarrollar:

- ▶ Diabetes mellitus tipo 2,
- ▶ Enfermedad cardiovascular,
- ▶ Hipertensión arterial,
- ▶ Enfermedades de la vesícula biliar y
- ▶ Algunos tipos de cáncer.



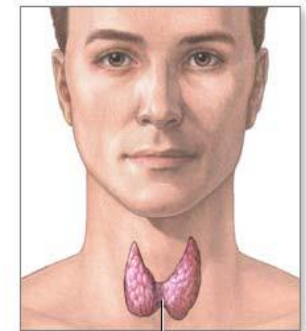
ETIOLOGÍA:

- ▶ Genéticos: que influyen en la distribución de la grasa corporal, en la necesidad de comer y en el umbral de la sensación de saciedad.
- ▶ Psicológicos: La ansiedad.
- ▶ Socioculturales: El estilo de vida sedentaria, el hábito de comer fuera de casa o de efectuar comidas rápidas y desordenadas.



Nutricionales: La ingesta excesiva de grasas, dulces y alcohol, la asociación comida-placer-diversión o gordura-salud.

- ▶ Patológicos. trastornos de diferente origen como el hipotiroidismo o el síndrome de Cushing.
- ▶ Farmacológico: Los esteroides, la amitriptilina, la carbamacepina, el valproato y otros.



Tiroides

ADAM.



ACCIONES DE ENFERMERÍA

- ▶ Transmitir al paciente una serie de pautas nutricionales básicas, explicándole el fundamento de las mismas y los riesgos que supone para la salud no seguirlas.
- ▶ Comentar al paciente sobre hábitos a modificar y establecer con él una pauta de ejercicio diario que refuerce las medidas dietéticas.
- ▶ Ante la existencia de problemas emocionales en el paciente sugerir la posibilidad de acudir a grupos de apoyo o a algún tipo de terapia especializada.

- ▶ Promover logros paulatinos y razonables, estimulando la perseverancia y mantenimiento de los hábitos saludables.
- ▶ Realizar un seguimiento periódico de la evolución reforzando los comportamientos positivos e intentando establecerlos como definitivos.
- ▶ Conseguido el peso ideal, consensuar con el paciente un régimen de controles de peso y nutricionales cada cierto tiempo, que permitan confirmar los resultados a largo plazo del tratamiento.

DISLIPIDEMIA

DEFINICIÓN

- ▶ Es la alteración de los niveles de lípidos en la sangre. Los lípidos son un conjunto de moléculas que circulan en la sangre, dentro de las que se encuentran el colesterol total, el colesterol LDL, el colesterol HDL y los triglicéridos.



ETIOLOGÍA

La dislipidemia se divide en dos grandes grupos.

- ▶ El primero reúne las dislipidemias hereditarias originadas por alteraciones en los genes que interfieren con la capacidad del organismo para absorber y eliminar las grasas; estas causas son no modificables.



► El segundo grupo reúne las dislipidemias que surgen en el transcurso de la vida, están relacionadas con el estilo de vida y, por lo tanto, sus causas son modificables (y evitables). Dentro de estas se incluyen:

- Estilo de vida no saludable:
- Medicamentos:
- Enfermedades:



ACCIONES DE ENFERMERÍA

► dieta.

1. Indicar que evite el consumo excesivo de alimentos ricos en azúcares como jugos, refrescos, pan, tortilla, arroz, pastas, entre otros.
2. Indicar que consuma el aguacate, aceite de oliva y las almendras como fuente de grasas frente aquellas de origen animal como el chorizo, manteca y tocino.

ACTIVIDAD.

1. Indicar que realice algún ejercicio cardiovascular como caminatas, nado, ejercicios aeróbicos, entre otros, dentro de un rango de 30 a 60 minutos, de 4 a 5 veces por semana.

- ✓ Indicar que evite el consumo de tabaco por ser un factor de riesgo.
- ✓ Establecer una meta de pérdida de peso.
- ✓ Establecer un plan realista con el paciente que incluya la disminución de la ingesta de alimentos y el aumento del gasto de energía.
- ✓ Pesarle semanalmente (periódicamente).
- ✓ Ayudar al individuo a desarrollar un programa de ejercicio adecuado a sus necesidades.
- ✓ Enseñanza: proceso de enfermedad.
- ✓ Enseñar al paciente a planificar las comidas adecuadas.
- ✓ Enseñar al paciente una buena postura y la mecánica corporal.
- ✓ Enseñar al paciente a reconocer las características - distintivas de los medicamentos.

LA GOTA

DEFINICIÓN

- ▶ La gota ocurre cuando se acumulan cristales de urato en una articulación, lo que causa inflamación y dolor intenso en un ataque de gota. Los cristales de urato pueden formarse si tienes niveles altos de ácido úrico en la sangre.



ETIOLOGÍA

Gota primaria

- Corresponde a la inmensa mayoría de los casos y no existe otra enfermedad que sea la causa del problema. Pueden establecerse dos situaciones:

- Por aumento de la producción de ácido úrico.

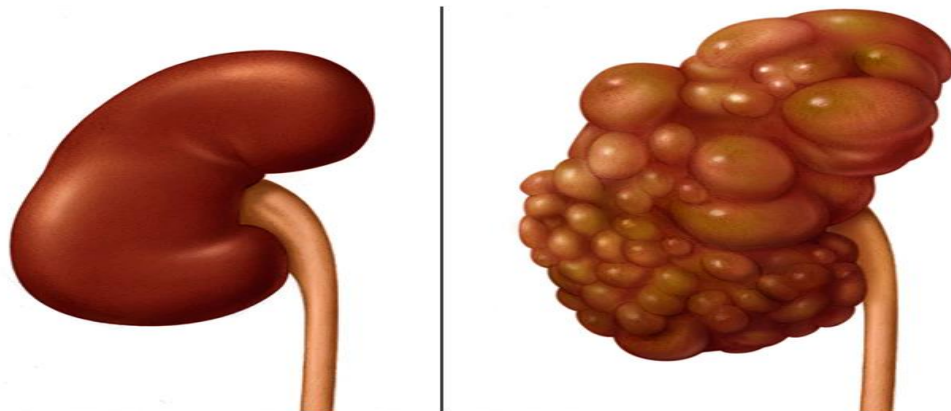
- Por disminución en la eliminación de ácido úrico por el riñón.



Gota secundaria.

Recibe este nombre la gota originada por otra enfermedad o motivo, pueden distinguirse varias causas:

- La policitemia, leucemia, y tumores malignos.(Aumento de la producción de ácido úrico)
- Riñón poliquístico, diabetes, y deshidratación.(Disminución en la eliminación de ácido úrico por el riñón.)
- Originada por medicamentos. Como los diuréticos, quimioterápicos empleados para el tratamiento del cáncer.



CUIDADOS DE ENFERMERIA.

- ▶ La enfermera deberá de tener en cuenta lo siguiente:
 - Evitar los preparados de carne, vísceras.
 - Evitar el consumo de mariscos.
 - Compensar el aporte proteico con la ingesta de huevos y lácteos.
 - Explicar la importancia del tratamiento farmacológico.
 - Explicar la importancia del ejercicio físico.
 - Suprimir el consumo de alcohol.

GRACIAS