

ORIENTACIÓN DEL TRATAMIENTO DIETÉTICO DE UN PACIENTE CON OBESIDAD

# **CASOS CLÍNICOS DEL TALLER**

Carmen Gómez Candela

Unidad de nutrición Clínica y Dietética

HOSPITAL U LA PAZ. MADRID

**IV REUNIÓN DE RIESGO CARDIOVASCULAR**

# ¿ CÓMO ORIENTAR EL TRATAMIENTO DIETÉTICO DE UN PACIENTE CON OBESIDAD ?

**1- EDAD Y SEXO  
DIAGNÓSTICOS  
ASOCIADOS**

**2- GRADO DE  
OBESIDAD  
Cintura**

**3 - PATRÓN DE  
ALIMENTACIÓN**

**4 - PATRÓN  
DE ACTIVIDAD  
FÍSICA**

**5-PERSONALIDAD  
MOTIVACIÓN  
FACTORES  
SOCIALES**

**6 -DEPRESIÓN  
TABACO  
BAJO NIVEL  
CULTURAL**



**7 -OBJETIVOS/tiempo**

**8 -TIPO DE ESTRATEGIA**

# DIAGNÓSTICOS ASOCIADOS- 1

## ◆ EDAD Y SEXO

◆ Intensidad /Potencia del tratamiento

◆ Necesidad /Urgencia de resultados

## ◆ EN GENERAL :

◆ DIETA----VLCD----FÁRMACOS----CIRUGÍA

NO URGENTE-----MAS URGENTE

# GRADO DE OBESIDAD-1

## **Criterios SEEDO para definir la obesidad en grados según el índice de masa corporal (IMC) en adultos** **Categoría Valores límite de IMC (kg/m<sup>2</sup>)**

Peso insuficiente < 18,5

Peso normal 18,5-24,9

Sobrepeso grado I 25,0-26,9

Sobrepeso grado II (preobesidad) 27,0-29,9

Obesidad de tipo I 30,0-34,9

Obesidad de tipo II 35,0-39,9

Obesidad de tipo III (mórbida) 40,0-49,9

Obesidad de tipo IV (extrema)  $\geq 50$

# PERÍMETRO DE CINTURA

Riesgo relativo de presentar comorbilidades mayores que confieren el exceso de peso y la distribución del tejido adiposo.

## Riesgo relativo a partir del perímetro de la cintura

### IMC (kg/m<sup>2</sup>)

Peso normal 18,5-24,9  
**Sobrepeso 25,0-29,9**  
Obesidad 30,0-34,9  
35,0-39,9  
Obesidad mórbida  $\geq 40$

### Varones $\leq 102$ cm

### Mujeres $\leq 88$ cm

Ninguno  
**Ligeramente aumentad**  
Aumentado  
Alto  
Muy alto

### Varones $> 102$ cm

### Mujeres $> 88$ cm

Ligeramente aumentado  
**Aumentado**  
Alto  
Muy alto  
Muy alto

## PATRÓN DE ALIMENTACIÓN- 3

- ◆ *Exceso de cantidad : **disminuir 500 Kcals** .*
- ◆ Cantidad normal / baja calidad: **Educación**
- ◆ Caos organizativo: **Organización**
- ◆ Picoteo Global o selectivo / Trastorno por compulsión / Bulimia Nerviosa  
**Educación individualizada**

# PATRÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA- 4

Actual

NADA

Caminan ( t° )

Ejercicio habitual

Inicio

Caminar

Otros ejercicios

Aumentar tipo de actividades

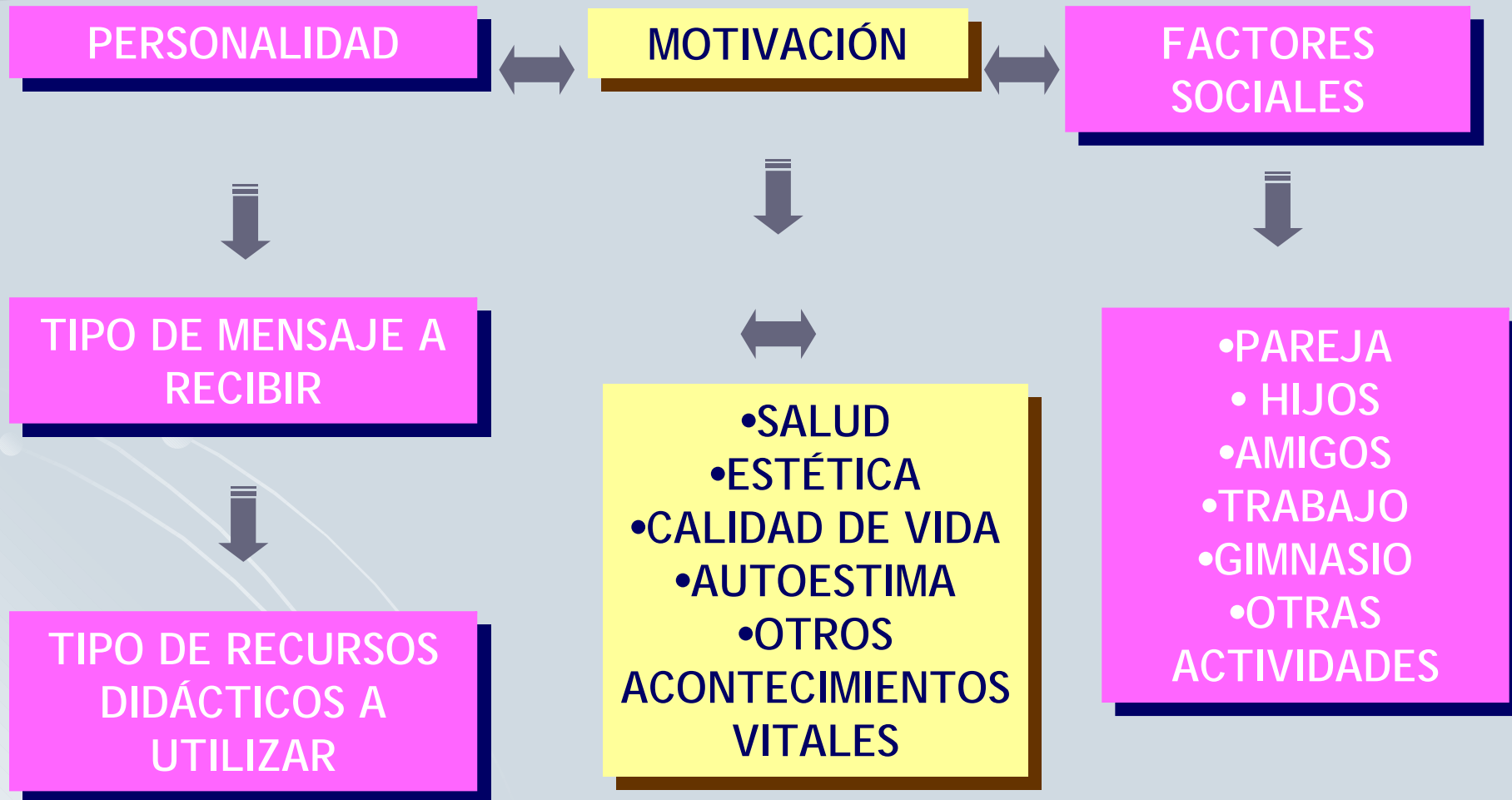
No viable

Fisiot/Rehabilit

Aumentar el tiempo

Aumentar el tiempo

# OTROS FACTORES A CONSIDERAR - 5





# FACTORES DE MAL PRONÓSTICO - 6

DEPRESIÓN

TABACO

BAJO NIVEL CULTURAL



\*GRAVE : DESESTIMAR TRATAMIENTO

\* LEVE:FLUOXETINA Y EQUIVALENTES

\*OBESIDAD COMO CAUSA DE LA DEPRESIÓN : TTO

- PROGRAMA DE TABACO SOLO
- TABACO MAS DIETA
- AHORA SOLO DIETA

- ALTO
- MEDIO
- BAJO

# ¿ CÓMO ORIENTAR EL TRATAMIENTO DIETÉTICO DE UN PACIENTE CON OBESIDAD ?

## 7 -OBJETIVOS

Intensidad / gravedad

Urgencia / tiempo

## 8 -TIPO DE ESTRATEGIA

TTO nutricional general

TTOs específicos

Seguimiento

# FICHA PACIENTE- 1

- ◆ Edad: 32 años      Sexo: Mujer
- ◆ Patología Asociada: Ninguna
- ◆ Grado de Obesidad: sobrepeso II. C Cintura : 92 cm
- ◆ Peso: 70, altura: 1.60 ( 2.56 ) IMC : 27.34
- ◆ Alimentación: muy desorganizada, no alcohol.
- ◆ Actividad física actual : Casi no se mueve. Profesión : administrativo
- ◆ Posibilidades futuras de ejercicio : Caminar y bailar
- ◆ Personalidad: Abierta. Innovadora.
- ◆ Motivación : puramente estética
- ◆ Situación Social: No pareja. Vive con sus padres
- ◆ Depresión: No    Tabaco: No    Nivel cultural: Medio
- ◆ OBJETIVOS: Intensidad: ----/ Urgencia: --- / Disminución de peso del ----  
% : ---Kgs. Seguimiento: -----
- ◆ Tratamiento Nutricional General :----- / -----
- ◆ Específico : ----- / -----/ -----

# FICHA PACIENTE- 2

- ◆ Edad: 38 años      Sexo: Mujer
- ◆ Patología Asociada: Hiperlipidemia / HTA / Infertilidad
- ◆ Grado de Obesidad: Grado III. C Cintura : 124 cm
- ◆ Peso: 108 Kg , altura: 1.58 m ( 2.49 ) IMC : 43
- ◆ Patrón de alimentación: desorganizada /picoteo/alta cantidad /no ol
- ◆ Actividad física actual : Camina muy poco. Profesión : ama de casa
- ◆ Posibilidades futuras de ejercicio : Caminar mas tiempo y bicicleta
- ◆ Personalidad : poco abierta a novedades.
- ◆ Motivación : quiere tener un hijo
- ◆ Situación Social: Vive con su marido
- ◆ Depresión: leve Tabaco: No Nivel cultural: bajo
- ◆ OBJETIVOS
- ◆ Intensidad: ----- / Urgencia: ----- / Disminución del peso del  
--- % en 6 meses: --- Kgs. Seguimiento: -----
- ◆ Tratamiento Nutricional General :----- / -----
- ◆ Específico : ----- / -----

# FICHA PACIENTE- 3

- ◆ Edad: 27 años      Sexo: Mujer
- ◆ Patología Asociada: Trastorno por Compulsión
- ◆ Grado de Obesidad: Grado I. C Cintura : 92 cm
- ◆ Peso: 81 kg , altura: 1.60 m ( 2.56 ) IMC : 31
- ◆ Alimentación: Atracones sin vómitos, no alcohol.
- ◆ Actividad física actual : Casi no se mueve. Profesión : ingeniero
- ◆ Posibilidades futuras de ejercicio : Gimnasia y bailar
- ◆ Personalidad: Ansiosa.
- ◆ Motivación : estética.
- ◆ Situación Social: Vive sola
- ◆ Depresión: No    Tabaco: si    Nivel cultural: alto
- ◆ OBJETIVOS: Intensidad: ----- / Urgencia: ----- / Otros :-----
- ◆ Seguimiento: -----. Apoyo de ---- / -----
- ◆ Tratamiento Nutricional General : ----- / -----
- ◆ Específico : -----/ -----

# FICHA PACIENTE- 4

- ◆ Edad: 48 años      Sexo: Hombre
- ◆ Patología Asociada: IAM reciente / HTA/ aumento Colesterol
- ◆ Grado de Obesidad: Grado II. C Cintura : 123 cm
- ◆ Peso: 115 kg , altura: 1.78 m ( 3.16 ) IMC : 36
- ◆ Alimentación: se salta comidas, alcohol, alta cantidad.
- ◆ Actividad física actual : nada. Profesión : negocios
- ◆ Posibilidades futuras de ejercicio : Gimnasio con monitor
- ◆ Personalidad: controlador.
- ◆ Motivación : salud.
- ◆ Situación Social: Vive con su mujer y dos hijos
- ◆ Depresión: No    Tabaco: si    Nivel cultural: alto
- ◆ OBJETIVOS
- ◆ Intensidad: ----- / Urgencia: ----- / Disminución del peso del  
--- % en 6 meses ---- Kgs . Seguimiento: -----
- ◆ Tratamiento Nutricional General :----- / -----
- ◆ Específico : ----- / -----

# FICHA PACIENTE- 5

- ◆ Edad: 27 años      Sexo: Hombre
- ◆ Patología Asociada: HTA/ glucemia basal alterada
- ◆ Grado de Obesidad: Grado I. C Cintura : 102 cm
- ◆ Peso: 99 kg , altura: 1.78 m ( 3.16 ) IMC : 31
- ◆ Alimentación: organizado, alta cantidad . OI moderado
- ◆ Actividad física actual : camina poco. Profesión : vendedor
- ◆ Posibilidades futuras de ejercicio : Gimnasio
- ◆ Personalidad: estable y tranquila.
- ◆ Motivación : salud, estética y discapacidad.
- ◆ Situación Social: Vive solo. Tiene novia y muchos amigos
- ◆ Depresión: No    Tabaco: no    Nivel cultural: medio
- ◆ OBJETIVOS
- ◆ Intensidad: ----- / Urgencia: ----- / Disminución del peso del  
--- % en 6 meses --- Kgs . Seguimiento: -----
- Tratamiento Nutricional General :----- / -----
- ◆ Específico : -----

# FICHA PACIENTE- 6

- ◆ Edad: 68 años      Sexo: Hombre
- ◆ Patología Asociada: EPOC ( Ox domiciliario ) insuf respiratoria / HTA
- ◆ Grado de Obesidad: Grado I. C Cintura : 102 cm
- ◆ Peso: 120 kg , altura: 1.68 m ( 2.82 ) IMC : 42
- ◆ Alimentación: organizado, mala calidad, no alta cantidad .
- ◆ Actividad física actual : ninguna. Profesión : jubilado
- ◆ Posibilidades futuras de ejercicio : mínimas
- ◆ Personalidad: cerrada. No se plantea cambios.
- ◆ Motivación : discapacidad.
- ◆ Situación Social: Vive con su mujer.
- ◆ Depresión: No    Tabaco: si    Nivel cultural: bajo
- ◆ OBJETIVOS
- ◆ Intensidad: ----- / Urgencia: ----- / Disminución del peso del  
----- % en 6 meses -----Kgs . Seguimiento: -----
- Tratamiento Nutricional General : -----/-----
- ◆ Específico : -----