

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/m²)**

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) ≥ 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/m²)

Peso normal 18,5-24,9
Sobrepeso 25,0-29,9
Obesidad 30,0-34,9
35,0-39,9
Obesidad mórbida ≥ 40

Varones ≤ 102 cm

Mujeres ≤ 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

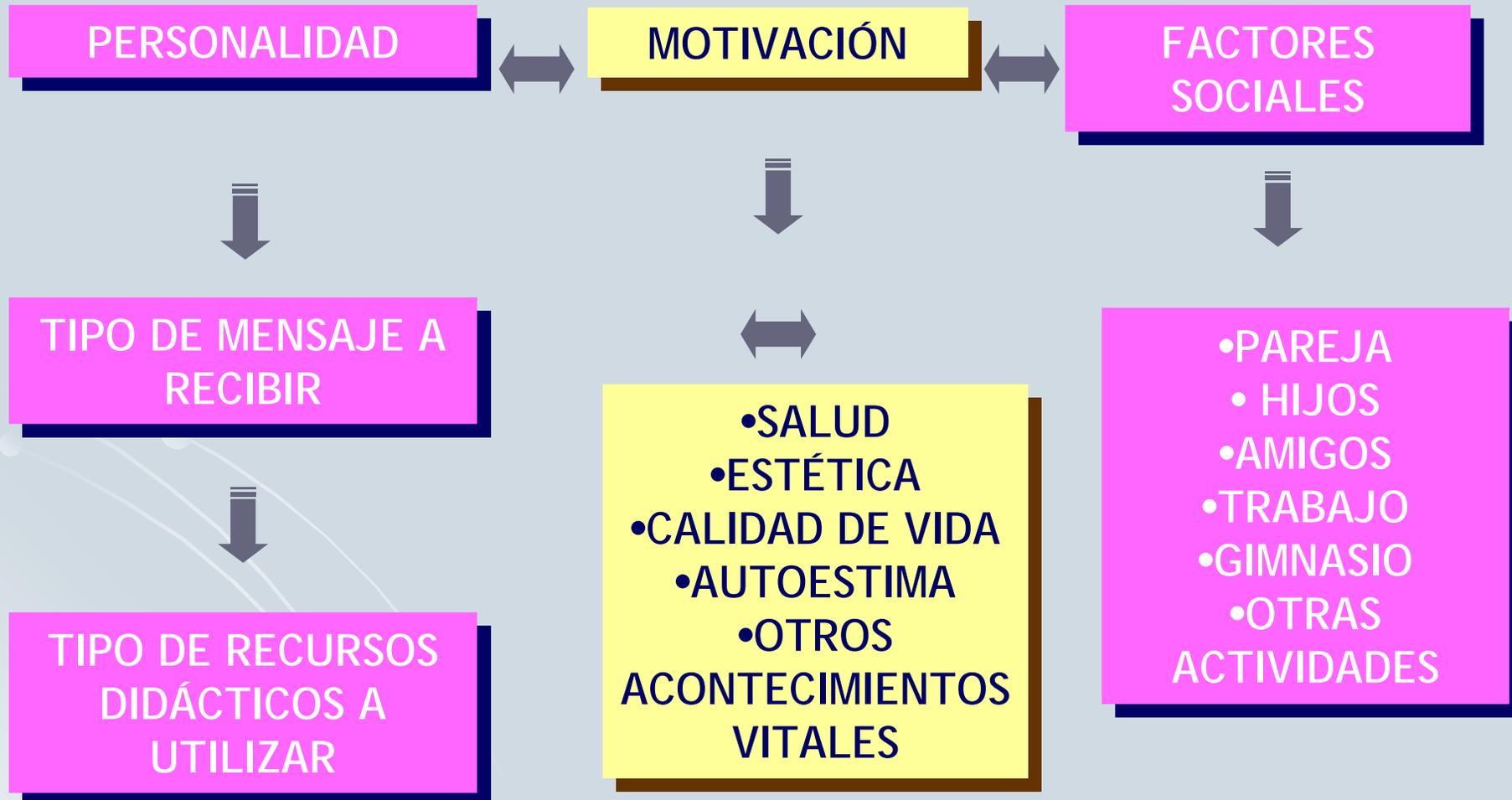
No viable

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 : -----