

**Síndrome metabólico, síndrome de Reaven, síndrome de insulinoresistencia**

# Indice general

- Introduccion
- Objetivos
- Parte teorica
- Que es
  - Descubrimiento
  - Características
  - Como identificarlo
    - \* Rasgos
    - \* Circunferencia grande de cintura
    - \* Colesterol bueno o de lipoproteínas de alta densidad reducido
    - \* Glucosa sanguínea en ayunas elevada
    - \* Hipertensión arterial
    - \* Niveles elevados de triglicéridos
    - \* Patologías relacionadas
  - Relación con la alimentación
  - Prevención y Tratamiento
  - ¿Cómo detectarlo?
  - Origen de la enfermedad
  - Factores adversos
  - Influencias ambientales
- Material y metodos
- Resultados
- Discusion
- Conclusion
- Bibliografia
-

# Introducción

En 1988 Gerard Reaven llamó 'síndrome X' a la agrupación de resistencia a la insulina, dislipidemia e hipertensión. Desde 1999 la OMS lo denomina 'síndrome metabólico'.

## Historia

Diversas instituciones han establecido criterios buscando una definición y modo de diagnosticarlo.

Desde el punto de vista operativo, es el conjunto de alteraciones metabólicas y vasculares que parten de la obesidad abdominal y la resistencia insulina, fenómenos que a través de procesos inflamatorios, oxidativos y de disfunción endotelial, predisponen a un mayor riesgo de diabetes y eventos cardiovasculares.

## Qué es

El síndrome metabólico es un grupo de trastornos que se presentan al mismo tiempo y aumentan el riesgo de enfermedad cardíaca, accidente cerebrovascular y diabetes tipo 2. Estos trastornos incluyen:

- aumento de la presión arterial
- niveles altos de azúcar en sangre
- exceso de grasa corporal alrededor de la cintura
- niveles anormales de colesterol o triglicéridos

## Objetivos

- Obtener información sobre que es el S. Metabólico
- Estudiar la importancia de la alimentación en su aparición
- Definir pautas para prevenir y controlar su desarrollo
- Investigar que conocimiento tiene la población acerca de este síndrome

Este proyecto busca hacer una recopilación de la información que se tiene actualmente acerca del SM. Enfocándose en los aspectos relacionados con la alimentación que afectan en las diversas enfermedades que lo componen.

También definir tratamientos y hábitos de vida que ayudarían a tratarlo y prevenirlo.

Finalmente se busca determinar el conocimiento que tiene la población acerca del SM, y de como los hábitos de vida y de alimentación afectan a la aparición de la alteraciones de salud que lo componen.

## Parte teórica

## Material y métodos

## Resultados

## Discusión

## Conclusión

## Bibliografía

- Córdova-Pluma VH, Castro-Martínez G, Rubio-Guerra A, Hegewisch ME. Breve crónica de la definición del síndrome metabólico. Med Int Méx 2014;30:312-328
- HERNANDEZ RUIZ DE EGUILAZ, M. et al. Cambios alimentarios y de estilo de vida como estrategia en la prevención del síndrome metabólico y la diabetes mellitus tipo 2: hitos y perspectivas. Anales Sis San Navarra [online]. 2016, vol.39, n.2 [citado 2022-01-17], pp.269-289. Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1137-66272016000200009&lng=es&nrm=iso](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272016000200009&lng=es&nrm=iso). ISSN 1137-6627.
- Guerra A, González V, García E, Moreno E, Ramos A. El síndrome metabólico y su prevalencia en la población que acude a una farmacia comunitaria de Sevilla. Farmacéuticos Comunitarios. 2011 Dec 30; 3 (4): 146-150
- síndrome metabólico - perspectiva general
- La falta de sueño puede disminuir el colesterol «bueno»
- Síndrome metabólico
- Síndrome metabólico - Diagnostico
- Síndrome metabólico - Descripción General

## Anexos

## Abreviaturas

SM: Síndrome Metabólico

IDF: International Diabetes Federation

ATP: Adult Treatment Panel (ATP-III)