# Sindrome metabólico, síndrome de Reaven, síndrome de insulinorresistencia

# 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

## Historia

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

## 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

# Parte teórica

# Material y métodos

# Resultados

# Discusión

# Conclusión

# Bibliografía

* [Síndrome metabólico](https://www.cun.es/enfermedades-tratamientos/enfermedades/sindrome-metabolico)
* [Síndrome metabólico - Diagnostico](https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/metabolic-syndrome/diagnosis-treatment/drc-20351921)
* [Síndrome metabolico - Descripción General](https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/metabolic-syndrome/symptoms-causes/syc-20351916)
* [El síndrome metabólico y su prevalencia en la población que acude a una farmacia comunitaria de Sevilla](https://www.farmaceuticoscomunitarios.org/es/journal-article/sindrome-metabolico-su-prevalencia-poblacion-que-acude-una-farmacia-comunitaria)
* 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
* [síndrome metabólico - perspectiva general](https://middlesexhealth.org/learning-center/espanol/enfermedades-y-afecciones/s-ndrome-metab-lico)
* [La falta de sueño puede disminuir el colesterol «bueno»](https://isanidad.com/67663/la-falta-de-sueno-puede-disminuir-el-colesterol-bueno/)
* [Cambios alimentarios y de estilo de vida como estrategia en la prevención del síndrome metabólico y la diabetes mellitus tipo 2: hitos y perspectivas](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272016000200009)

# Anexos

## Nomenclaturas

IDF: Inernational Diabetes Federation  
ATP: Adult Treatment Panel (ATP-III)