

# (#44). OBESIDAD, DIABETES Y SÍNDROME METABÓLICO

El síndrome metabólico es una compleja red de síntomas y factores de riesgo que comprende al menos 3 de las siguientes condiciones: obesidad, triglicéridos elevados, bajo colesterol HDL, hipertensión, elevada glucosa. Aunque es cierto que este síndrome se ha ligado al estilo de vida y factores como la mala alimentación, la falta de ejercicio físico o el tabaco, los autores repasan varias investigaciones que añaden también los factores ligados al entorno prenatal y postnatal.

Tanto los estudios en animales como los estudios epidemiológicos han mostrado la importancia de la exposición que tiene el niño en el útero de la madre para el desarrollo posterior de enfermedades. Tanto la malnutrición de la madre, como la ingesta masiva de calorías, la hipertensión o el nivel de glucosa influyen en la salud posterior del niño.

En este artículo de revisión los autores vuelven a incidir en una idea recurrente en los últimos años sobre la prevención de enfermedades: Los hábitos alimenticios de la madre, su estado de salud y la exposición medioambiental influyen decisivamente en la expresión de ciertos tipos de genes del futuro niño.

Como opinión personal hago referencia a un dicho muy empleado de que “una mujer embarazada no es una mujer enferma”. Ciertamente no lo es, pero atención, las mujeres embarazadas tienen la responsabilidad de cuidarse mucho, antes y durante el embarazo, y también durante la lactancia. Unos hábitos saludables y un estado de salud óptimo durante la vida adulta (tanto de hombres como de mujeres), determinan la salud de nuestros futuros hijos.

[Smith, C. J. & Ryckman, K. K. \(2015\). Epigenetic and developmental influences on the risk of obesity, diabetes, and metabolic syndrome. Diabetes, Metabolic Syndrome and Obesity: Targets and Therapy, 8,](#)

[295-302. doi: /10.2147/DMSO.S61296](https://doi.org/10.2147/DMSO.S61296)

Indicadores de calidad de la revista\*

JCR Impact Factor (2014): No está incluida

SJR Impact Factor (2014): 0.93

\* Es simplemente un indicador aproximado para valorar la calidad de la publicación

[#2141... LA NECESIDAD DE EVITAR LA RESISTENCIA ANTIBIÓTICOS A TRAVÉS DE LA COMIDA](#)



[#2141... LA NECESIDAD DE EVITAR EL RESISTENCIA EN LA ALIMENTACIÓN](#)



[#2141... NUEVAS EVIDENCIAS SOBRE LOS EFECTOS DEL BISEFENOL A \(BPA\)](#)



[#2141... SUPLEMENTACIÓN CON CAFFEINA Y FENILETHANOLAMINA EN FUERZA Y POTENCIA](#)



[#2141... EMBLIZANTES ANTIFÉLICOS Y RESISTENCIA EN NIÑOS... EPIDEMIOLOGÍA LIMITADA](#)



[#2141... GOBIERNO CONTRA LA SALUD](#)



[#2141... EVALUACIÓN DE LA EXPOSICIÓN A LA PUBLICIDAD TELEVISIVA DE ALIMENTOS POCO SALUDABLES](#)



[#2141... EL MINISTERIO DE SANIDAD DE NUEVO TIEMPO A LAS EMPRESAS PARA UNA ALIMENTACIÓN MÁS SALUDABLE](#)



[#2141... PRISON SPRING... UNA INQUIETANTE HISTORIA SOBRE LA EPA Y LAS PESTICIDAS](#)



[#2141... LA UNIÓN EUROPEA IMPIDE ALIMENTOS CON PESTICIDAS PROHIBIDOS](#)



[#2141... PESTICIDAS... SALUD Y SEGURIDAD ALIMENTARIA](#)



[#2141... PROTEÍNAS Y AMPLIFICAS DE FUERZA Y MASA MUSCULAR](#)



[#2141... LA IMPORTANCIA DE LA MICROBIOTA INTESTINAL](#)



[#2141... CONSUMIR GRANOS ENTEROS EN LUGAR DE BIZARRIOS MEJORA EL BALANCE DE ENERGÍA](#)



[#2141... EL IMPUESTO A LAS BEBIDAS AZÚCARADAS FUNCIONA... EL CASO DE BIRKENLEY](#)



[#2141... IMPUESTOS A LOS BEBIDOS DE SU PAÍS UNIDO... MUCHA UNICA PERO MÁS EXIGENCIA](#)



[#2141... EL COMO DEL AZÚCAR](#)



[#2141... BEBIDAS CARBOHIDRATOS Y ATANES DE ASMA](#)



[#2141... LA OBESIDAD INFANTIL Y LA RESPONSABILIDAD DE LOS EDUCADORES](#)



[#2141... FINANCIACIÓN DE LA INDUSTRIA EN INVESTIGACIÓN SOBRE NUTRICIÓN... SIGUE EL DEBATE SOBRE SU EFECTO](#)



[#2141... PREGUNTAS Y RESPUESTAS SOBRE AZÚCAR Y SALUD](#)



[#2141... CONFLICTOS DE INTERESES EN ACADEMICOS QUE INTERVIENEN EN DECISIONES SOBRE EL AZÚCAR EN EL REINO UNIDO](#)



[#2141... LA STEVIA TIENE PROPIEDADES ANTICARBOHIDRATAS](#)



[#2141... RECOMENDACIONES SOBRE LA INGESTA DE PROTEÍNAS EN DEPORTISTAS](#)



[#2141... TENDENCIAS EN EL ESTADO EN LOS ÚLTIMOS DIEZ AÑOS](#)



[#2141... PESO DE LESIONES EN DEPORTISTAS ADOLESCENTES DE ÉLITE](#)



[#2141... EL TRATAMIENTO CON EL RECEPTOR ENDÓCRINO](#)



[#2141... IMPUESTOS A LA COMIDA NO SALUDABLE](#)



[#2141... LOS HOMBRES COMO MÁS EN COMPARA DE MUJERES](#)



[#2141... PROPUESTA PARA GESTIONAR LA PRODUCCIÓN LOCAL DE ALIMENTOS Y SU VENTA](#)



[#2141... TESTOSTERONA EN REHABILITACIÓN](#)



[#2141... EFECTO DEL PATROCINIO DEPORTIVO DE BEBIDAS INSALUBRES SOBRE EL RECORD EN AEROS](#)



[#2141... INCENTIVAR LA COMIDA SALUDABLE EN BANCOS DE ALIMENTOS](#)



[#2141... ELIMINACIÓN DE BLENTOBIOTAS Y COMIDA SALUDABLE](#)



[#2141... EL PESO DEL CAMBIO TIEMPO EN LA NECESIDAD DE COMIDA Y BEBIDA PESADA](#)



[#2141... REFRIGERADORES EFICIENTES EN SUPERMERCADOS](#)



[#2141... UN MUNDO MÁS OBEJO](#)



[#2141... CONTAMINANTES ORGÁNICOS PERSISTENTES Y DESREGULACIÓN METABÓLICA](#)



[#2141... COMIDAS INSALUBRES Y ALIMENTOS ULTRA PROCESADOS](#)



[#2141... VENTAJAS DE LA AGRICULTURA ECOLÓGICA](#)



[#2141... BEBIDAS AZÚCARADAS Y PESO DE FALLO CARBÓICO](#)



[#2141... ADVERTENCIA SOBRE ASOCIAR EN BEBIDAS](#)



[#2141... EL PAÍS DE BEBIDAS DE LOS PRODUCTOS CÁRNICOS](#)



[#2141... BESTIA Y EL TRABAJO EDUCACIÓN EN LA INDUSTRIA DEL PESCADO](#)



[#2141... AÑOS DE ESTERILIDAD POR DEPORTISTAS NO PROFESIONALES](#)



[#2141... OBESIDAD... OTRA CORPORAL Y CÁNCER](#)



[#2141... DIETA MEDITERRANEA Y CÁNCER DE MAMA](#)



[#2141... DIETA Y YOGURTE](#)



[#2141... COMIDA ECOLÓGICA Y PESTICIDAS](#)



[#2141... OBESIDAD... SÍNDROME Y SÍNDROME METABÓLICO](#)



[#2141... CÁNCER... CÁNCER Y PRODUCTOS DE CARNE ROJA](#)



[#2141... CÓMO COCINAR EL HORNO PARA ELIMINAR EL ARSÉNICO](#)



[#2141... PRODUCCIÓN DE COMIDA ORGÁNICA Y DIETA SOSTENIBLE](#)



[#2141... CONSUMO BAJO Y INCREMENTO DE ALCOHOL Y CÁNCER](#)



[#2141... COCINAR EFECTIVAMENTE DE UNA NUEVA MANERA](#)

