



UNIVERSIDAD DEL SURESTE.

Nombre de la Alumna:

Nelly Viridiana Díaz López

3er Cuatrimestre Grupo: "A"

Docente:

Nut. Nefi Alejandro Sánchez Gordillo

Materia:

Nutrición

Tema:

Distribución Alimentaria Y Dieta de un Paciente con
Diabetes Tipo 2

Tapachula de Córdova y Ordóñez, Chiapas.

A 07 de Agosto 2020

Paciente de Sexo Masculino de 45 Años de Edad, mide aproximadamente 1.80 metros, con un peso de 79 Kg y presentando IMC con Diabetes Tipo 2, Consumiendo al día 2,000 Kcal. Recomendación: Dieta Hipoglúcida: baja en azucares

| Grupo en el Sistema de Equivalentes | Subgrupos | Porciones | Aporte Nutricional Promedio | | | |
|-------------------------------------|-----------------------------|-------------|-----------------------------|--------------|-------------|-------------------------|
| | | | Energía (g) | proteína (g) | Lípidos (g) | Hidratos de Carbono (g) |
| Verduras | | 4 | 100 | 8 | 0 | 16 |
| Frutas | | 6 | 360 | 0 | 0 | 90 |
| Cereales y Tubérculos | a. Sin grasa | 4 | 280 | 8 | 0 | 60 |
| | b. Con grasa | 1 | 115 | 2 | 5 | 15 |
| Leguminosas | | 1 | 100 | 7 | 8 | 0 |
| Alimentos de Origen Animal | b. Bajo aporte de grasa | 2 | 110 | 14 | 6 | 0 |
| | c. Moderado aporte de grasa | 1 | 75 | 7 | 5 | 0 |
| | c. Entera | 3 | 450 | 27 | 24 | 36 |
| Aceites y Grasa | a. Sin proteína | 2 | 90 | 0 | 10 | 0 |
| | b. Con Proteína | 1 | 70 | 3 | 5 | 3 |
| Azúcares | a. Sin grasa | 3 | 120 | 0 | 0 | 30 |
| | b. Con grasa | 1 | 85 | 0 | 5 | 10 |
| META | | | 2000 Kcal | 70 | 66.66 | 280 |
| SUMA | | | 1955 | 76 | 68 | 260 |
| % DE ADECUACIÓN | | | 98% | 108.57% | 103.03% | 92.85% |
| Nutrientos | % | Kcal | Gramos | | | |
| HCO | 56% | 1120 | 280 gr | | | |
| PROTEÍNA | 14% | 280 | 70 gr | | | |
| LÍPIDOS | 30% | 600 | 66.66 gr | | | |
| TOTAL | 100% | 2000 | | | | |

| Total | Grupo Alimenticio | Subgrupos | Desayuno | Colación | Almuerzo | Colación | Cena |
|-------|-----------------------|--------------------------|----------|----------|----------|----------|------|
| 4 | Verduras | | 2 | | 1 | | 1 |
| 6 | Frutas | | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 |
| 5 | Cereales y Tubérculos | Sin grasa | 2 | | 1 | | 1 |
| | | Con grasa | | | | 1 | |
| 1 | Leguminosas | | 1 | | | | |
| 3 | AOA | Bajo aporte de grasa | 1 | | 1 | | |
| | | Moderado aporte de grasa | | | | | 1 |
| 3 | Leche | Entera | | 1 | | 1 | 1 |
| 3 | Aceites y Grasas | Sin proteína | 1 | | 1 | | |
| | | Con Proteína | | | | 1 | |
| 4 | Azúcares | Sin grasa | | 1 | | 1 | |
| | | Con grasa | 1 | | | | |

➤ DISTRIBUCIÓN POR TIEMPOS DE COMIDA: