



Licenciatura En Enfermería.

3° cuatrimestre

NUTRICIÓN CLÍNICA

EXAMEN FINAL

E.L.E.: Allyn Gabriela Farfan Córdova.

Catedrático: Nefi Alejandro Sánchez Gordillo.

Tapachula, Chiapas de Córdova y Ordoñez.

06/08/20

CASO CLÍNICO

Masculino de 25 años de edad que asiste a consulta de nutrición para el control de peso, el paciente comenta que ha subido de peso en los últimos dos meses 6 kg porque no realiza actividad física y se siente un poco más pesado. El paciente desea saber cuanto es la cantidad de Kcal que consume y cuantas debería consumir. Le gustaría tener un plan de alimentación adecuado y saber cuantos kilogramos debería de bajar o subir para tener su peso ideal.

En las mediciones antropométricas se encontraron las siguientes:

- Peso: 66 kg
- Talla: 1.76
- Cc: 70cm.

Cálculo por fórmula Harris Benedict - FAO/ OMS/ ONU – (15.1*P) + 692
Factor Actividad Física (AF) : Sedentaria - 1.2

Peso: 66 kg – Talla: 1.76 – Cc: 70 – IMC normal hombres: 23

GEB - (15.1*66) + 692 = 1688.6 Kcal

GET - 1,688.6 + 10% = 1857.4*1.2 = 2,228.9 Kcal

IMC – 66/ 1.76² = 21.3

Peso ideal – 23*1.76² = 71.2

GEB - (15.1*71.2) + 692 = 1,767.12

GET – 1,767.12 + 10% = 1,943.8*1.2 = 2,332.5

IMC – 71.2/1.76² = 22.9

% Normal

HCO 55% - 60%

Proteínas 10% - 15%

Lípidos 25% - 30%

ATWATER

1g HCO = 4 Kcal

1g Proteínas = 4 Kcal

1 g Lípidos = 9 Kcal

CUADRO DIETOSINTÉTICO

Nutrientos	%	Kcal	Gramos
HCO	60	1,399.5	349.8
Proteínas	15	349.8	87.4
Lípidos	25	583.1	64.7
Total	100	2,332.4	

APORTE NUTRIMENTAL PROMEDIO DE LOS GRUPOS EN EL SISTEMA DE EQUIVALENTES

Grupo en el sistema de equivalentes	Subgrupos	APORTE NUTRIMENTAL PROMEDIO				Cantidad	ENERGÍA	PROTEÍNAS	LIPIDOS	HCO	
		Energía	Proteína (g)	Lípidos (g)	HCO (g)						
Verduras		25	2	0	4	8	200	16	0	32	
Frutas		60	0	0	15	7	420	0	0	105	
Cereales y tuberculos	a. Sin grasa	70	2	0	15	2	140	4	0	30	
	b. Con grasa	115	2	5	15	2	230	4	10	30	
Leguminosas		120	8	1	20	3	360	24	3	60	
Alimentos de origen animal	a. Muy bajo aporte de grasa	40									
			70	1	0	0	0	0	0	0	
	b. Bajo aporte de grasa	55									
			7	3	0	3	165	21	3	0	
	c. Moderado aporte de grasa	75									
			7	5	0	0	0	0	0	0	
	d. Alto aporte de grasa	100									
			7	8	0	0	0	0	0	0	
Leche	a. Descremada	95	9	2	12	0	0	0	0	0	
	b. Semidescremada	110	9	4	12	1	110	9	4	12	
	c. Entera	150	9	8	12	1	150	9	8	12	
	d. Con azúcar	200	8	5	30	0	0	0	0	0	
Aceites y grasas	a. Sin proteína	45	0	5	0	2	90	0	10	0	
	b. Con proteína	70	3	5	3	2	140	6	10	6	
Azúcares	a. Sin grasa	40	0	0	10	1	80	0	0	20	
	b. Con grasa	85	0	5	10	2	170	0	10	20	
							META	2332,4	87.4	64.7	349.8
							SUMA	2255	93	58	327
							%AD	96%	106.40%	89.60%	93.40%

- DISTRIBUCIÓN DE EQUIVALENCIAS EN 5 TIEMPOS DE ALIMENTACIÓN AL DÍA -

GRUPO DE ALIMENTOS	DESAYUNO	COLACIÓN	COMIDA	COLACIÓN 2	CENA	TOTAL
VERDURAS	2	2	2	2	0	8
FRUTAS	2	1	1	1	2	7
CEREALES Y TUBERCULOS	1	1	0	1	1	4
LEGUMINOSAS	1	1	1	0	0	3
ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL	1	1	1	0	0	3
LECHE	1	0	0	0	1	2
ACEITES Y GRASAS	1	1	1	0	1	4
AZÚCARES	1	1	1	0	0	3

- MENÚ COMIDA -

- Pimiento cocido ½ Taza.
- Champiñón cocido rebanado 1½ Taza
- Kiwi 1½ Pieza.
- Frijol molido 1/3 Taza.
- Queso panela 40 gramos.
- Aderezo de hierbas finas ½ Cucharada.
- Gelatina preparada 4½ Cucharadas.



GRACIAS