

Fecha: 20-09-20

HISTORIA CLÍNICA

Datos personales

Nombre Roberto Apellidos: Marroquin Camaras
Fecha de nacimiento: 08-01-1969
Edad: 51 años Sexo: masculino
Domicilio: Calle morelos s/n
Teléfono: 937 140 9580

Estado civil: casado

Email: robertcameradr@gmail.com

Motivo de la consulta Diabetes mellitus tipo 2

Datos antropométricos

Peso: 98 kg

Talla: 1.60

IMC: 38.28 obesidad

Perímetro abdominal: cintura: 110, abdominal: 118

DATOS CLÍNICOS

Patología o padecimiento previo

Sí o No, especificar

Edad 51 años diagnostico: Diabetes mellitus tipo 2
Complicaciones: Obesidad

Alergias alimentarias:

Si o No, especificar: _____

Intolerancia alimentaria:

Si o No, especificar: _____

ANTECEDENTES FAMILIARES:

Obesidad__ Diabetes__ Hipertensión__ H . Colesterolemia __
 H.trigliceridemia__ 2

Hábitos alimentarios

CONSUMO

Consumo	Diario	2-3 veces por semana	1 vez a la semana	1 vez cada dos semanas	1 vez al mes	Nunca
Verduras		*				
Frutas				*		
Harinas					*	
Legumbres		*				
Pescado o pollo		*				
Huevos		*				
Carnes	*					
Grasas	*					

Ha llevado alguna dieta especial no

Cuántas Ninguna Tiempo x

Motivo x

Resultados x

Uso de medicamentos para bajar de peso SI NO

Cuál x Actividad física: Muy ligera:___ Ligera:___

Moderada:___ Pesada:___ Tipo no realiza actividad física

Frecuencia: x Duración: x

Consumo (frecuencia y cantidad): Tabaco 0

Alcohol moderado Café mucho

Estilo de vida

Cuántas comidas realiza al día: 3 En

casa 2

Fuera 1 Quién prepara sus

alimentos: esposa y en la cocina del hospital

_____ Alimentos preferidos: ___ mariscos, legumbre, carnes _____ Alimentos que no le agradan: _____ no hay _____ Alimentos que le causen malestar: _____ no hay _____
 A qué hora tiene más hambre ___ en las tardes _____ Toma algún tipo de suplemento: SI ___ **NO** ___ Cuál ___ x _____
 Dosis ___ x ___ Porqué ___ x ___ Sal de adición: SI ___ NO ___ Tipo de grasa que utiliza para cocinar: **Aceite** ___ Mantequilla ___ Aceite semillas ___
 Otros _____

Consumo de agua natural (vasos al día) _____ 2 a 3
 _____ Consumo de bebidas al día (leche, caldos, sopa) _____ x _____ Su número de ingestas varía según su estado de ánimo: no Triste ___ Nervioso ___ Qué alimentos consume en ese momento ___ x _____ ¿Va con regularidad al baño?
SI ___ **NO** ___ Suplemento fibra SI ___ **NO** ___
 Cuál ___ xx _____

Tipo de cocción empleada con mayor frecuencia: Fritura ___ Horno ___
 Plancha ___ **Vapor** ___ Brasa ___ Microondas _____

Recordatorio 24 h

Se deberá rellenar con todo lo que se ha comida a lo largo de un día, incluimos bebidas y

Horario	Alimento y cantidad	
Desayuno	Dos tamales con un vaso de café	Chicharrones con 4 tortillas, con un vaso de café
Colación	nada	Nada
Comida	Macarrones con queso, porción media Un vaso de agua	Caldo de res, porción grande y un vaso de agua de horchata
Colación	Nada	Nada
Cena	Nada	Café y un pan

Observe un tipo de alimentación algo inestable ya que el paciente a veces no come a sus horas, o a veces no cena, el paciente tiene un alto consumo en grasas y legumbres, el paciente casi no consume azúcar ya que es diabético.

Este tipo de alimentación, conlleva a producir diabetes ya que el consumo de grasas saturadas y altos niveles de azúcar no fueron medidos, un factor importante en su dx es que tiene familiares con esta misma enfermedad.

Hay que tomar en cuenta que el consumo de calorías varían en cada persona, para saber cuántas calorías hay que consumir diariamente se necesita valorar el peso, talla, edad y sexo del paciente al igual hay que tomar en cuenta que este paciente no realiza ninguna actividad física. El paciente debe equilibrar ciertos alimentos como los hidratos de carbono, proteínas y grasas ya que no hay alimentos que puedan suplir las necesidades nutricionales

- Alcanzar niveles de azúcar lo más cercano a la normalidad
- Mantenerse en un peso ideal
- Conseguir niveles óptimos de TA, colesterol, triglicéridos
- Prevenir la obesidad
- Adaptar al paciente con su alimentación para que obtenga placer alimenticio
- Promover la actividad física
- Evitar consumir las grasas saturadas
- Llevar un estilo de vida diferente
- Evitar ciertos edulcorantes