

NUTRICIÓN

Formula de IMC (índice de Masa Corporal)

ACTIVIDAD 3



ALUMNA: Angela de Jesus Escobar Caballero

DOCENTE: Lic. Elvi Guadalupe Pilicastro Flores

3er Cuatrimestre



Formula de IMC

IMC: $\frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Altura}^2 \text{ (m)}}$

Actividad

Paciente femenina de 44 años con un peso de 71.100 kg y una talla de 1.54cm

¿Para usted de acuerdo al IMC en qué grado de obesidad se encuentra?

IMC: $\frac{71,100}{1.54^2}$

$$\frac{71,100}{1.54^2} = 30$$

Paciente femenina se encuentra en obesidad tipo I, de acuerdo a esquema de IMC la cual se le recomendará a la paciente consumir alimentos ricos en proteínas y nutrientes, de igual manera se le recomienda hacer ejercicio diariamente, así mismo que al ingerir alimentos sea lentamente, evitar consumir comida chatarra e refrescos embotellados, comidas rápidas, comidas enlatadas, grasas. Así mismo se le dará seguimiento con una leve dieta rica en proteínas. De igual manera se le aconseja realizar una mínima de cinco ingestas de alimentos al día en raciones reducidas.