

CASO CLINICO

NOMBRE: Karla Patricia Estrella

EDAD: 30 años

GÉNERO: Femenino

ESTADO: Etapa de gestación

La paciente ejerce la licenciatura en contaduría pública, trabaja en una empresa privada, tiene padecimientos de ERGE.

Su primer embarazo fue de alto riesgo y preclamsia, fue un parto prematuro con 32SDG. No tuvo cuidados antes de la concepción se enteró hace 5 semanas y no lleva un cuidado especial.

La paciente presenta talla de 1.61m con un peso de 109.3kg y un peso pre gestacional de 107.1kg.

Bioquímicos de interés: Glucemia en ayuno 100mg/dL y una hemoglobina de 10g/Dl.

Signos vitales:

T/A: 125/80, síntomas: mareos y nauseas.

R24hr:

6:00am: 1 tza café con 2 cditas de azúcar, 2 pza de pan dulce y una manzana

11:00am: Huevos 3 pzas, salchichas 1Pza, Jamon 1 PZA, cebolla ¼ de taza, cátsup 2 cdas, aceite 2cditas, mayonesa 1cda, tortilla 4 pzas, agua de naranja con 2 cditas azúcar.

5:00pm: Espinazo en salsa verde 200gr, salsa verde con consomé 1tza, tortillas 5pzas, ¼ de arroz, 1 vaso de agua, 1 vaso de coca cola 240ml.

7:00pm Gelatina de agua

10:00pm: 1 vaso de chocomilk, 1 pieza de pan dulce, 1 cda de leche condensada y aprox 35gr de queso y un guineo.

Cálculos:

IMC: $107.1/1.61^2 = 41.31 =$ Obesidad mórbida.

Tvel g/p: $109.3 - 107.1/15 - 14 = 2.2 =$ 2 kg 200 gr.

PE/EG: $(15 - 14)(0.22) + 107.1 = 107.32$

GEB: $(10 \times 109.3) + (6.5 \times 161) - (5 \times 30) - 161 = 1788.25$

GET: $1788.25 + 178.825 + 340 \text{ KCAL} = 2307 \text{ KCAL}$

MACROS:

PT: $1.1/109.3 = 120.23 \text{ GR} = 21\%$

LP: $24.2\% = 2307.07 \times 0.242 = 62.03 \text{ Gr}$

HC: $55\% = 2307.07 \times 0.55 = 317.22 \text{ Gr}$

| Grupos | EQ | Energía | PT | Lip | Hc |
|-----------|----|---------|-----|-----|-----|
| Ver | 10 | 250 | 20 | | 40 |
| Fru | 8 | 480 | | | 120 |
| Cer s/g | 8 | 560 | 16 | | 120 |
| AOMAG | 8 | 600 | 56 | 40 | |
| Leche D | 2 | 190 | 18 | 4 | 24 |
| AyG/Pro | 2 | 140 | 6 | 10 | 6 |
| Azúcar/ G | 1 | 85 | | 5 | 10 |
| Total | | 2305 | 116 | 59 | 320 |

Paciente femenino de 30 años de edad con 15 SDG, presenta obesidad mórbida con antecedentes de ERGE, preeclampsia, parto anterior prematuro, sin cuidados antes de la primera concepción y durante la segunda concepción tampoco.

La paciente presenta una glucemia en ayuno de 100 mg/dl y una hemoglobina de 10mg/dl, lo cual indica una anemia en grado leve. Refiere una T/A de 125/80 y síntomas como mareos y náuseas, en cuanto a sus hábitos higienico-dietéticos prefiere dormir a las 12 am y despertar a las 05 am, tiene un consumo de alimentos muy desequilibrados y consumo de embutidos y cosas empaquetadas, no realiza AF.

Al explorar a la paciente presenta normocefalea, cabello en signo de bandera, conjuntivas pálidas y escleróticas blancas, pupilas isocoras, piel normohidratada de buena coloración, cuello cilíndrico con buena movilidad, sin dolor a la palpación sin presencia de bocio y flexible, tórax simétrico indoloro a la palpación, con adecuados movimientos de amplexión y amplexación, presenta abdomen globoso a expensas de útero gestante y panículo adiposo, extremidades simétricas, sin presencia de edema, presenta onicofagia. La paciente se encuentra orientada y participativa a la consulta.

Paciente afebril con temperatura corporal de 36.5° , frecuencia respiratoria de 12 Rpm, Frecuencia cardiaca de 60 Lpm, Pulso de 60 ppm y una SatO₂ de 98%.

Planeación:

Menú

Desayuno: Fiona's Hot cakes y licuado de papaya

- 1 taza de avena en hojuelas
- ½ taza de leche light
- Esencia de vainilla
- 1 pieza de huevo
- 1 taza o más de espinacas

Licuado:

- 1 taza de papaya
- ½ taza de leche light

Colación matutina:

Coctel de frutas

- 1 pieza de naranja
- 1 pieza de guayaba

Comida:

- 150 gr de carne de ternera con ensalada de hojas verdes y verduras al gusto, con 1/3 de aguacate, ¼ de taza de arroz integral.
- 1 vaso de agua de naranja.

Colación vespertina:

Bowl de frutos rojos

- 7 fresas
- 12 uvas
- ½ de yogurt natural

Cena:

Espinacas con queso

- Espinacas las que tú quieras (más de 1 taza)

- Tomate o verduras al gusto, sofreírlas con 1 cdta de aceite (aguacate o coco), agregar 80 gr de queso panela.
- 1 vaso de agua de avena

Recomendaciones:

- No consumir té, café o refrescos embotellados.
- No chocolates.
- No condimentos
- No irritantes.
- Evitar alimentos con alto contenido de sal y moderar su consumo.
- Evitar los mariscos.
- Consumir cítricos y muchas hojas verdes.
- Tomar 2 o más litros de agua diarios.
- Actividad física de bajo impacto.
- Consumir vísceras (Hígado, riñones y corazón).