Fecha: 09-07-2022

**I. Información General**

Brandon Flores Panana

25 años

78kg

1.71mts

IMC: 26.71

**II. Interrogatorio Clínico**

**Antecedentes familiares (Padres, hermanos, abuelos)**

Obesidad: SI

Hipertensión Arterial (HTA): SI

Infartos: SI

Diabetes (DM): SI

Dislipidemias: SI

Tiroides: SI

**Antecedentes personales (Padres, hermanos, abuelos)**

Seleccione todas las opciones que apliquen en su caso

Diabetes (DM)

HTA (Hipertensión)

Síndrome de Ovario Poliquístico

Tiroides

Depresión

Ansiedad

Colesterol alto

Triglicéridos altos

Obesidad

Diarrea

Estreñimiento

Gastritis

Colitis

En tu niñez te consideraban:

Normal

Estado dental:

 Normal

Hábito Intestinal:

Regular

**III. Estilo de vida**

¿Hace usted algún ejercicio o actividad física?

Moderada

Consumo de Alcohol: Sí

**IV. Interrogatorio dietético**

Selecciónalas  
Desayuno: Huevos

Snack de la mañana: Nada

Comida: Carne

Snack de la tarde: Frituras

Cena: Sandwich

¿Normalmente se sirve doble comida? No

¿Ha llevado algún régimen dietético? Sí

Consistía en pastillas Sí

Considera su apetito: Depende de la actividad fisica

¿"Pellizca" alimentos? Sí

¿Su consumo varía cuando está triste, nervioso o ansioso?  
Sí

Preparación de sus alimentos:

A la parrilla/plancha

Frito

Empanizado

Favor de seleccionar la frecuencia con la que se consume cada uno de los alimentos que se presentan a continuación.

**Leche**

Leche Light o yogurt light:  
Ocasional

Leche deslactosada light:  
Nunca

Leche entera o yogurt:

Semanal

**Productos de Origen Animal**

Pollo sin piel:  
Diario

Atún en agua:  
Ocasional

Carne de puerco:  
Diario

Pescado:  
Ocasional

Queso Panela - Oaxaca:  
Ocasional

Embutidos de Pavo:  
Diario

Res Magra (cuete, filete, milanesa):  
Diario

Huevo Entero:  
Diario

Embutidos de cerdo:  
Nunca

Cortes de carne (arrachera, rib eye):  
Ocasional

**Cereales y Tubérculos**

Cereales para el desayuno:  
Ocasional

Galletas Marías, saladas o habaneras:  
Semanal

Palomitas Naturales:  
Ocasional

Pan de caja, Integral:  
Diario

Pan de caja, Blanco:  
Diario

Tortillas de maíz o tostada horneada:  
Diario

Tortilla de Harina:  
Ocasional

Pan Dulce:  
Ocasional

Frituras:  
Diario

**Verduras**

Crudas, ensaladas, cocidas, precocidas:  
Ocasional

Verduras enlatadas:  
Nunca

Jugo de verduras (v8, jugo verde):  
Nunca

Sopa - crema de verduras:  
Nunca

**Fruta**

Frutas crudas:  
Ocasional

Frutas Congeladas/enlatadas:  
lOcasional

Jugo de frutas natural:  
Ocasional

**Leguminosas**

Frijol, lenteja, garbanzo, soya, alubias:  
Semanal

**Lípidos**

Mantequilla - manteca:  
Semanal

Crema, Mayonesa, aderezos:  
Diario

Chocolates:  
Semanal

Nueces, pistaches, cacahuates, almendras:  
Ocasional

Aguacate:  
Ocasional

**Azúcares**

Azúcar (mermelada, cajeta, refrescos, nieve):  
Diario

Sustituto de azúcar (splenda, stevia):

Ocasional

Favor de describir cada una de las comidas que tienes en un día normal, te recordamos que es necesario que contestes con toda honestidad, gracias por tu tiempo.

**Dieta Habitual (recordatorio de 24 horas)**