



Universidad del sureste

Nombre: Arieni Darinka Pérez Alvarez

Docente: Dra. Paulina Maribel Juárez Rosas

Tema: notas

Grado: 3er semestre

Tapachula de Ordoñez a 14 de noviembre del 2022

Sexo: HOMBRE
 Peso: 47.7 kg
 TALLA: 1.65 mts
 EDAD: 58 AÑOS

$\left. \begin{array}{l} \text{DN III} = < 11 \\ \text{DN II} = 11 - 12.9 \\ \text{DN I} = 13 - 14.9 \end{array} \right\}$
 $\left. \begin{array}{l} \text{BP} = 15 - 16.9 \\ \text{DELGADEZ (D)} = 17 - 19.9 \\ \text{N} = 20 - 24.9 \end{array} \right\}$
 $\left. \begin{array}{l} \text{SBP} = 25 - 29.9 \\ \text{OBI} = 30 - 34.9 \end{array} \right\} \left. \begin{array}{l} \text{OB II} = 35 - 39.9 \\ \text{OB III} = > 40 \end{array} \right\}$

IMC-DX:
 GEB =
 GET =

$$66.5 + 13.75 \times 47.700 + 5.08 \times 165 - 6.78 \times \text{SB}$$

$$66.5 + 655.875 + 838.2 - 393.24$$

$$1,560.575 - 393.24 = \text{GEB} = 1,167.335 \text{ GEB}$$

$$\text{IMC} = \frac{47.700}{1.65 \times 1.65} = \frac{47.700}{2.72} = 17.5 \text{ DELGADEZ}$$

$$\text{GEB} = 1,167.335 \times 30 = 350.199 \rightarrow \text{ACT. F}$$

$$\text{GEB} = 1,167.33 \times 10 = 116.733 = \text{ETA}$$

$$\text{GET} = 1,167.33 + 350.19 + 116.73 = 1634.25 - \text{GET}$$

Sexo = Hombre peso = 70 kg talla = 1.70 mts edad = 18 años IMC GEB, GET

$$66.5 + 13.75 \times 70 + 5.08 \times 170 - 6.78 \times 18$$

$$66.5 + 962.5 + 863.6 - 122.04$$

$$1892.6 - 122.04 = 1770.56 \text{ GEB}$$

$$\text{IMC} \frac{70}{1.70 \times 1.70} = \frac{70}{2.89} = 24.22 = \text{N}$$

$$\text{GEB} = 1770.56 \times 30 = 531.168 \rightarrow \text{ACT. F}$$

$$\text{GEB} = 1770.56 \times 10 = 177.056 \rightarrow \text{ETA}$$

$$\text{GEB} = 1770.56 + 531.16 + 177.056 = 2,478.77 \rightarrow \text{GET}$$



SEXO = Hombre $66.5 + 13.75 \times 45 + 5.08 \times 170 - 6.78 \times 18$
 PESO = 45 $66.5 + 618.75 + 863.6 - 122.04$
 Talla = 1.70 $1,548.85 - 122.04 = 1426.81$ GEB
 Edad = 18 $IMC = \frac{45}{1.70 \times 1.70} = 15.57$ BP
 IMC-DX = 15.57 BP
 GEB = 1426.81 $1426.81 \times 30 = 428.04$ Act.F
 GET = 1997.53 $1426.81 \times 10 = 142.68$ ETA
 $1426.81 + 428.04 + 142.68 = 1997.53$

Sexo mujer $659.1 + 9.6 \times 41 + 1.85 \times 152 - 4.68 \times 18$
 PESO 41 kg $659.1 + 393.6 + 281.2 - 84.24$
 Talla 1.52 $1,329.9 - 84.24 = 1,245.66$ GEB
 Edad 18 $IMC = \frac{41}{1.52 \times 1.52} = 17.74$ D
 IMC-DX 17.74 D
 GEB 1,245.66 $1245.66 \times 30 = 373.69$ Act.F
 GET 1743.91 $1245.66 \times 10 = 124.56$ ETA
 $1245.66 + 373.69 + 124.56 = 1743.91$

- Para las kilocalorias de H₂O hidratos de Carbono se suman la cantidad de kcal de proteínas, lípidos y se ~~dividen~~ ^{RESTAN} entre el total de kilocalorias.
- Para el porcentaje es el 100% del total por las kilocalorias entre el resultado de kilocalorias.
- Para $\frac{1}{8}$ un octavo se divide el resultado de gramo entre 8.
- Para $\frac{2}{8}$ 2 octavos el resultado, de $\frac{1}{8}$ un octavo se multiplica por 2.
- Para el gramo de Proteína se multiplica por el peso
- Para los gramos de Hidratos de carbono son las kilocalorias entre hidratos de Carbono entre 4.

peso = 57.8

NOY	%	Kcal	gr	1/8	2/8
Proteino	13	232	58	7	14
Hc	63	1,106	276	34	68
Lipidos	24	414	46	6	12
TOTAL	100%	1752			

[Handwritten signature]
25/10/12

Sexo	feme.	masculino	Femenino	masc.
Peso =	56.2	75	87	96
Talla =	1.66	1.80	1.63	1.70
Edad =	23	32	27	34
IMC - dx				
IGEB				
GET				

TABLA

si sale Diagnostico normal se va hacer por el 20%

el TOTAL de kcal se saca del resultado de GET.

Ejercicios

Sexo = mujer 21/10/22
 $655.1 + 9.6 \times 56.2 + 1.85 \times 166 + 4.68 \times 23$
 Peso = 56.2 $655.1 + 531.5 + 307.1 - 107.6$
 Talla = 1.66 $1,501.7 - 107.6 = 1394.1$ GEB
 Edad = 23 $IMC = \frac{56.2}{1.66 \times 1.66} = \frac{56.2}{2.7} = 20.7$ N
 IMC-DX = 20.7 N
 GEB = 1394.1 $1394.1 \times 20 = 278.8$ ACT. F
 ACT. F = 278.8 $1394.1 \times 10 = 139.4$ ETA
 ETA = 139.4 $1394.1 + 278.8 + 139.4 = 1812.3$
 GET = 1812.3

NUT	%	kcal	gr	1/8	2/8
Proteinas	12	224	56	7	14
HC	100 X	1,183	296	37	74
LIPIDOS	22	405	45	6	12
TOTAL	100%	1812			

Sexo = Hombre
 $66.5 + 13.75 \times 75 + 5.08 \times 180 - 6.78 \times 32$
 Peso = 75 $66.5 + 1031.2 + 914.4 - 216.9$
 Talla = 1.80 $2,012.1 - 216.9 = 1795.2$ GEB
 Edad = 32 $IMC = \frac{75}{1.80 \times 1.80} = \frac{75}{3.2} = 23.4$ N
 IMC-DX = 23.4 N
 GEB = 1795.2 $1795.2 \times 20 = 359.0 =$ ACT. F
 ACT. F = 359.0 $1795.2 \times 10 = 179.5$ ETA
 ETA = 179.5 $1795.2 + 359.0 + 179.5 = 2,333.7$
 GET = 2,333.5

NUT	%	kcal	gr	1/8	2/8
Proteinas	13	300	75	19	18
HC	77 X	1793 X	448 X	56 X	112 X
LIPIDOS	23	540	60	8	16
TOTAL	100%	2,333			

PESO 57.78 = 58

Daniela Daniela

Sexo = Mujer $655.1 + 9.6 \times 87 + 1.85 \times 163 - 4.68 \times 27$
 Peso = 87 $655.1 + 835.2 + 307.5 - 126.3$
 Talla = 1.63 $1791.8 - 126.3 = 1665.5$ GEB
 Edad = 27 $IMC = \frac{87}{1.63 \times 1.63} = 33.4$ OBI
 IMC-Dx = 33.4 OBI
 GEB = 1665.5 $1665.5 \times 10 = 166.5$
 ACT.F = 166.5 $166.5 \times 10 = 166.5$
 ETA = 166.5 $166.5 + 166.5 + 166.5 = 1998.5$
 GET = 1998.5

Orlani
Daniela
Perez Alvarez

NUT	%	kcal	gr	1/8	2/8
Proteinas	17	348	87	11	22
HC	51	1020	255	32	64
Lipidos	32	630	70	9	18
Total	100%	1998			

Daniela
Alvarez Perez

Sexo = Masculino $66.5 + 13.75 \times 96 + 5.08 \times 170 - 6.78 \times 34$
 PESO = 96 $66.5 + 1320 + 863.6 - 230.5$
 Talla = 1.70 $2,250.7 - 230.5 = 2,019.6$ GEB
 Edad = 34 $IMC = \frac{96}{1.70 \times 1.70} = 34.2$
 IMC-Dx = 34.2 OBI
 GEB = 2019.6 $2,019.6 \times 10 = 201.9$ ACT.F
 ACT.F = 201.9 $2,019.6 \times 10 = 201.9$ ETA
 ETA = 201.9 $2019.6 + 201.9 + 201.9 = 2423.4$
 GET = 2423.4

Nut	%	kcal	gr	1/8	2/8
Proteinas	16	384	96	12	24
HC	56	1348	337	42	84
Lipidos	29	691	77	10	20
Total	100%	2423			

Quieni Daunka Perez Alvarez

08/11/22

Nutrición del niño en la edad preescolar y escolar.

→ Factores condicionantes de la nutrición del niño

- * Evolución tecnológica y Biotecnológica
- * Desarrollo socioeconómico
- * Reinserción de la mujer al trabajo
- * número de hijos
- * Influencia y homogeneidad del mensaje televisivo
- * psicología industrial
- * pérdida progresiva de la supervisión familiar

* Los hábitos y patrones de comida comienzan a establecerse en los niños.

* La agregación familiar para estos hábitos es tanto mayor cuando es pequeño

Durante el 1er año de vida, la dieta es controlada por el pediatra ya que sus recomendaciones

* Durante las primeras etapas de la escolarización, el niño expresa sus sentimientos de autonomía e independencia

* En esta etapa los niños se niegan a comer alimentos desconocidos.

* Si esto se es interpretado como aversión, se evita la introducción de nuevos alimentos

→ Existen una variedad interindividual para el total de la ingesta de energía y los 90% aportado de energía y nutrientes en las sucesivas comidas del día.

08/11/22

Propiedades

Exceso de aporte de energía y baja calidad nutricional de los niños prescolares y escolares.

- Vigilancia excesiva de los padres de las dietas de sus hijos tiene una peor regulación de su ingesta de calorías.

Por lo que el control familiar, rígido o estricto de la dieta de los niños es un factor

la importancia de los efectos negativos de un ambiente social adverso de unos ingresos económicos bajos, desempeñan un importante papel

Requerimientos

Después del primer año, el ritmo de crecimiento se ralentiza progresivamente y la ganancia de peso es menor.

- Tarea - Cuanto es la ganancia de peso y talla de 0 a 1 año.

Ingesta recomendada de micronutrientes en niños en edad escolar y adolescente.

Ingesta recomendada de vitaminas en niños en edad escolar.

Nivel de actividad física para niños.

Desayuno

Es de suma importancia para el desarrollo del niño.

08/11/22

Propiedades

Exceso de aporte de energía y baja calidad nutricional de los niños prescolares y escolares.

- Vigilancia excesiva de los padres de las dietas de sus hijos tiene una peor regulación de su ingesta de calorías.

Por lo que el control familiar, rígido o estricto de la dieta de los niños es un factor

la importancia de los efectos negativos de un ambiente social adverso de unos ingresos económicos bajos, desempeñan un importante papel

Requerimientos

Después del tercer año, el ritmo de crecimiento se ralentiza progresivamente y la ganancia de peso es menor.

- Tarea - Cuanto es la ganancia de peso y talla de 0 a 1 año.

Ingesta recomendada de micronutrientes en niños en edad escolar y adolescente.

Ingesta recomendada de vitaminas en niños en edad escolar.

Nivel de actividad física para niños.

Desayuno

Es de suma importancia para el desarrollo del niño.

El ayuno nocturno modifica la distribución de los sustratos

Desayuno por la mañana — aumenta secreción de insulina
no desayunar — provoca dificultad para atención y resolver problemas

Recomendación y educación nutricional.

* El aumento de familias en las que ambos conyugues trabajan fuerce del hogar

* Los cuidadores deben vigilar el consumo de dicha dieta
* Alimentos fáciles de masticar.

POSTRES

* Son el complemento ideal para aportar, reacciones de seguridad, que incrementen la ingesta de nutrientes.

Guía para la seguridad alimentaria en los niños preescolares.

* Los niños deben comer sentados para poder consentirse en la masticación

Comida nivel escolar.

1er Verduras, legumbres, pasta

2do Carne magra, pescado o huevos, postre lácteos o frutas
bebidas.

Objetivos del comedor escolar

*

Guía nutricional.

* no introducir el sumo de las dietas antes de los 6 meses

* niños adolescentes no han de consumir zumo de frutas

sin pasteurizar.

Sexo = M $66.5 + 13.75 \times 77.8 + 5.09 \times 172 - 6.78 \times 41$
 peso = 77.8 $66.5 + 1,069.75 + 873.76 - 277.98$
 talla = 1.72 $2,010.01 - 277.98 = 1732.03 \text{ GEB}$
 edad = 41 $\text{IMC} = \frac{77.8}{1.72 \times 1.72} = \frac{77.8}{2.95} = 26.37 \text{ 38P}$
 $\text{GEB} = 1732.03$ $1732.03 \times 20 = 346.40$
 $\text{ACT.F} = 346.40$ $1732.03 \times 10 = 173.20$
 $\text{ETA} = 173.20$ $1732.03 + 346.40 + 173.20 = 2251.63$
 $\text{GET} = 2251.63$

TABLA = $77.8 = 78$

Nut	%	kcal	9r	1/8	2/8
PRO	14	312	78	10	20
HC	61	1381	345	43	86
LIP	25	558	62	8	16
TOTAL		2251			

Sexo = M $66.5 + 13.75 \times 89 + 5.09 \times 169 - 6.78 \times 23$
 peso = 89 $66.5 + 1223.75 + 858.52 - 155.94$
 talla = 1.69 $2148.77 - 155.94 = 1992.83 \text{ GEB}$
 edad = 23 $\text{IMC} = \frac{89}{1.69 \times 1.69} = \frac{89}{2.85} = 31.22 \text{ 08T}$
 $\text{GEB} = 1992.83$ $1992.83 \times 10 = 199.28$
 $\text{ACT.F} = 199.28$ $1992.83 \times 10 = 199.28$
 $\text{ETA} = 199.28$ $1992.83 + 199.28 + 199.28 = 2391.39$
 $\text{GET} = 2391.39$

TABLA =

Nut	%	kcal	9r	1/8	2/8
PRO	15	356	89	11	22
HC	58	1396	349	44	88
LIP	27	639	71	9	18
TOTAL		2391			



Sexo = M
 peso = 103
 edad = 36
 Talla = 1.82
 IMC-Dx = 31.1 OBI
 GEB = 2163.23
 ACT.F = 216.32
 ETA = 216.32
 GET = 2595.87

$$66.5 + 13.75 \times 103 + 5.08 \times 182 - 6.78 \times 36$$

$$66.5 + 1416.25 + 924.56 - 244.08$$

$$2707.31 - 244.08 = 2163.23 \text{ GEB}$$

$$\text{IMC} = \frac{103}{1.82 \times 1.82} = \frac{103}{3.31} = 31.14 = \text{OBI}$$

$$2163.23 \times 10 = 216.32$$

$$2163.23 \times 10 = 216.32$$

$$2163.23 + 216.32 + 216.32 = 2595.87$$

TABLA =

Nut	%	kcal	gv	1/8	2/8
Pro	16	412	103	13	26
HC	56	1445	361	45	90
LIP	28	738	82	10	20
Total		2595			

Sexo = M
 peso = 99
 Talla = 1.82
 edad = 32
 IMC-Dx = 42.8 OBI III
 GEB = 1982.95
 ACT.F = 198.29
 ETA = 198.29
 GET = 2379.53

$$66.5 + 13.75 \times 99 + 5.08 \times 182 - 6.78 \times 32$$

$$66.5 + 1367.25 + 924.56 - 216.96$$

$$2199.91 - 216.96 = 1982.95 \text{ GEB}$$

$$\text{IMC} = \frac{99}{1.82 \times 1.82} = \frac{99}{3.31} = 42.8 \text{ OBI III}$$

$$1982.95 \times 10 = 198.29$$

$$1982.95 \times 10 = 198.29$$

$$1982.95 + 198.29 + 198.29 = 2379.53$$

TABLA =

Nut	%	kcal	gv	1/8	2/8
Pro	17	396	99	12	24
HC	53	1272	318	40	80
LIP	30	711	79	10	20
Total		2379			

Sexo: F $655.1 + 9.6 \times 68.3 + 1.85 \times 149 - 4.66 \times 22$
 Peso: 68.3 $655.1 + 655.68 + 275.65 - 102.52$
 Talla: 1.49 $1586.43 - 102.52 = 1483.91$
 Edad: 22 $IMC = \frac{68.3}{1.49 \times 1.49} = \frac{68.3}{2.22} = 30.7$ OBI
 IMC-DX:
 GEB: 1483.91 $1483.91 \times 10 = 148.39$
 ACT.F: 148.39 $1483.91 \times 10 = 148.39$
 ETA: 148.39 $1483.91 + 148.39 + 148.39$
 GET: 1780.69 $1483.91 + 148.39 + 148.39 = 1780.69$

Tabla:

nut	%	Kcal	gr	1/8	2/8
Prot	15	272	68	9	18
Hc	57	1022	256	32	64
LIP	27	486	54	7	14
Total		1780			

Sexo: F $655.1 + 9.6 \times 70.1 + 1.85 \times 162 - 4.66 \times 35$
 Peso: 70.1 $655.1 + 672.96 + 299.7 - 163.1$
 Talla: 1.62 $1627.76 - 163.1 = 1464.66$
 Edad: 35 $IMC = \frac{70.1}{1.62 \times 1.62} = \frac{70.1}{2.62} = 26.7$ SBP
 IMC-DX: 26.7 SBP
 GEB: 1464.66 $1464.66 \times 20 = 292.93$
 ACT.F: 292.93 $1464.66 \times 10 = 146.46$
 ETA: 146.46 $1464.66 + 292.93 + 146.46 = 1901.05$
 GET: 1901.05

Tabla

nut	%	Kcal	gr	1/8	2/8
Prot	15	280	70	9	18
Hc	59	1117	279	35	70
LIP	27	504	56	7	14
Total		1901			

Sexo : F $695.1 + 9.6 \times 65.4 + 1.85 \times 162 - 4.68 \times 27$
 Peso : 65.4 $695.1 + 627.84 + 299.7 - 126.36$
 Edad Talla : 1.62 $1582.64 - 126.36 = 1456.28$
 edad : 27 $IMC = \frac{65.4}{1.62 \times 1.62} = \frac{65.4}{2.62} = 24.9 \text{ N}$
 IMC : 24.9 N $1456.28 \times 20 = 291.25$
 GtB : 1456.28 $1456.28 \times 10 = 145.62$
 Act.F : 291.25 $1456.28 + 291.25 + 145.62 = 1893.15$
 ETA : 145.62
 GET : 1893.15

TABLA:

Nut	%	kcal	gr	1/8	2/8
prot	14	260	65	8	16
HC	62	1165	291	36	72
LIP	25	468	52	7	14
Total		1893			

Sexo : F $695.1 + 9.6 \times 80 + 1.85 \times 156 - 4.68 \times 44$
 Peso : 80 $695.1 + 768 + 288.6 - 205.92$
 talla : 1.56 $1711.7 - 205.92 = 1505.78$
 edad : 44 $IMC = \frac{80}{1.56 \times 1.56} = \frac{80}{2.43} = 32.9 = \text{OBI}$
 IMC : 32.9 OBI $1505.78 \times 10 = 150.57$
 GtB : 1,505.78 $1,505.78 \times 10 = 150.57$
 Act.F : 150.57 $1,505.78 + 150.57 + 150.57 = 1,806.92$
 ETA : 150.57
 GET : 1806.92

Table

Nut	%	kcal	gr	1/8	2/8
Prot	18	320	80	10	20
HC	50	910	228	29	58
LIP	32	576	64	8	16
Total		1806			