

Segundo caso clinico

Adulto mayo de 68 años de edad que presenta un peso de 57 kg y una talla de 172 cm, no presenta ningún proceso patológico de gravedad más que diabetes con una glicemia de 250 mg/dl y presenta edentulismo.

1. **IMC:** Peso / Talla²:
 $57\text{kg} / 2.9584 = 19.2671$ (bajo peso)
2. Peso ajustado: $18.5 \text{ kg/m}^2 \times (\text{Talla}^2)$:
 $18.5 \text{ kg/m}^2 \times 2.9584 = 54.7304$
3. Peso máximo: $24.9 \text{ kg/m}^2 \times (\text{talla}^2)$:
 $24.9\text{kg/m}^2 \times 2.9584 = 73.6641$
4. Peso ideal: $23 \text{ kg/m}^2 \times (\text{talla}^2)$:
 $23 \text{ kg/m}^2 \times 2.9584 = 68.0432$
5. Peso saludable: P.I x (kg)
 $68.0432 \text{ kg/m}^2 + (5\text{kg}) = 73.0432$
 $73.0432 \text{ m}^2 / 2.9584 = 24.6$
6. Peso meta:
Peso meta 1: $57 \text{ kg} + 95\% = 57.95 \text{ kg}$ (0.95)
Peso meta 2: $57.95 \text{ kg} + 0.95 = 68.9 \text{ kg}$
Peso meta 3: $68.9 \text{ kg} + 0.95 = 69.85 \text{ kg}$
Peso meta 4: $69.85 \text{ kg} + 0.95 = 70.8 \text{ kg}$
Peso meta 5: $70.0 \text{ kg} + 0.95 = 71.75 \text{ kg}$
Peso meta 6: $71.75 \text{ kg} + 0.95 = 72.7 \text{ kg}$
IMC: $72.7 \text{ kg} / 2.9584 = 24.5740$
7. GEB HARRIS:
 $66.473 + (13.7516 \times \text{peso}(\text{kg})) + (5.0033 \times \text{estatura}(\text{cm})) - (6.775 \times \text{edad}) =$
 $66.473 + (13.7516 \times \text{peso}(57 \text{ kg})) + (5.0033 \times \text{estatura}(172\text{cm})) - (6.775 \times 68) =$
 $66.473 + (783.8412) + (860.5675) - (460.7) =$
 $1,710.8817 - 460.7 = 1,250.1817 = 1,250$
8. ETA: $10\% \text{ GEB} \times .10 = 125$
9. AF: $\text{GEB} \times 11 = 1,250 \times .11 = 137.5$
10. GET: $\text{GEB} + \text{AF} + \text{ETA} = (1,250 + 137.5 + 125) = 1,512.5$

Datos importantes:

Peso: 57 Kg

Talla: 1.72

Talla²: 2.9584

IMC: 19.2671

Edad: 68 años

11. Distribución ideal:

CH: 55-60% = 57% 1512.5 x .57: 216

LIP: 25-30% = 28% 1512.5 x .28: 47

PROT: 10-15% = 15 % 1512.5 x .15: 57

GRUPOS EN EL SISTEMA DE EQUIVALENTES	SUBGRUPOS	ENERGIA		PROTEINAS		LIPIDOS		CARBOHIDRATOS		CANTIDADES
				57		47		216		
VERDURAS 4-6		25		2	12	0	0	4	24	6
FRUTAS 4-6		60		0	0	0	0	15	45	3
CEREALES Y TUBERCULOS 9	SIN GRASA	70		2	4	0	0	15	30	2
	CON GRASA	115		2	6	5	15	15	30	3
LEGUMINOSAS 2		120		8	16	1	2	20	40	2
ORIGEN ANIMAL 2-4	Muy bajo aporte de grasas	40		7	0	1	0	0	0	0
	Bajo aporte	55		7	7	3	3	0	0	1
	Moderado aporte	75		7	0	5	0	0	0	0
	Alto aporte	100		7	7	8	8	0	0	1
LECHE 1-2	Descremado	95		9	0	2	0	12	0	0
	Semidescremado	110		9	0	4	0	12	0	0
	Entera	150		9	0	8	0	12	0	0
	Con azúcar	200		8	8	5	5	30	30	1
ACEITES Y GRASAS 8	Sin proteína	45		0	0	5	15	0	0	3
	Con proteína	70		3	0	5	0	3	0	0
AZUCARES 2	Sin grasa	40		0	0	0	0	10	20	2
	Con grasa	85		0	0	5	0	10	0	0

60

46

219

Lo de 1 día	D	C.1	COMIDA	C.2	CENA	TOTAL
Verduras			4		2	6
Frutas	2	1				3
Cereales y tubérculos	2			1	2	5
Leguminosas			2			2
Origen animal	1		1			2
Leche	1					1
Aceites y grasas	1		1			3
Azucres	1		1			2

Menú:

Desayuno: Emparedado de huevo y tostada francesa de fresa y plátano

- ½ plátano (banana)
- ½ tasa de fresas
- 2 rebanadas de pan integral
- Miel o Jalea 2 cucharaditas
- Huevo frito cocido
- Licuado de leche en polvo sabor vainilla
- Aguacate hass



Cena: Sándwich de jamón

- Pan integral 2 piezas
- Lechuga 3 piezas
- Tomate 120 g
- 1 pieza de jamón

1ra colación

- Uva verde: 1 tasa

Comida: Guisado de pollo.

- Garbanzo cocido ½ tasa
- Chicharro ½ tasa
- Pollo cocino deshebrado ¼ tasa
- Pimiento fresco rojo ½ pieza
- Jitomate 120 gramos
- Zanahoria miniatura cocida 3 piezas
- Ejote cocido picados ½ tasa
- Jugo de sabor para preparar en agua (sobres) una cucharada



Colación 2

- Galletas de chocolate con relleno cremoso