



Jeferson Enrique Ogaldes Norio

Daniela Monserrat Méndez Guillén

Casos Clínicos Y Menú

Nutrición

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 3°

Grupo: "C"

Comitán de Domínguez, Chiapas a 19 de
noviembre de 2022.

Caso Clínico 1

Paciente femenino de 32 años de edad, quien se encuentra culminando el segundo trimestre de embarazo, con un peso de 72 kg y una talla de 1.58 cm, llega a su centro de salud a que le realicen su consulta correspondiente.

$$1. \text{ IMC} = \frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Talla}^2} = \frac{72 \text{ kg}}{(1.58)^2} = \frac{72 \text{ Kg}}{2.49} = 28.91 \text{ kg/m}^2$$

2. Dx de Nutrición: La paciente Presenta un IMC de 28.91 kg/m², por lo que de acuerdo a la escala del IMC la paciente se encuentra en Sobrepeso Grado II

3. Calculo de peso ajustado, peso ideal, peso máximo y peso saludable

$$\text{-Peso ajustado} = (18.5 \text{ kg/m}^2) (\text{talla}^2) = (18.5 \text{ kg/m}^2) (1.58^2) = 46.065 \text{ Kg}$$

$$\text{-Peso máximo} = (24.9 \text{ kg/m}^2) (\text{talla}^2) = (24.9 \text{ kg/m}^2) (1.58^2) = 62 \text{ Kg}$$

$$\text{-Peso Ideal} = (21.5 \text{ kg/m}^2) (\text{talla}^2) = (21.5 \text{ kg/m}^2) (1.58^2) = 53.535 \text{ kg}$$

$$\text{-Peso saludable} = \text{Pi} \pm (\text{x Kg} \text{ máx. } 10\text{kg}) = (53.535) \pm (9 \text{ kg}) = 62.53 \text{ kg}$$

4. Calculo de Peso Meta

$$\text{-Peso meta} = (\text{Peso real}) (.95\%) = (72 \text{ kg}) (.95) = 68.4 \text{ kg}$$

$$\text{-Peso meta} = (72 \text{ kg} - 68.40) = 3.6 \text{ (Kg a restar)}$$

$$\text{- PM1} = 72 \text{ kg} - 3.6 = 68.4 \text{ kg} \quad \text{- PM2} = 68.4 \text{ kg} - 3.6 = 64.8 \text{ kg}$$

-En este apartado, solo se llega al peso meta 2 ya que, cuando una mujer está embarazada, durante todo el transcurso del embarazo tienden a subir 12 Kg, por lo que tomas en cuenta esto para no afectar al desarrollo del feto

5. Realiza Distribución Ideal

$$\text{GET} = \text{GEB} + \text{AF} + \text{ETA} + \text{EF}$$

$$\text{GEB} = 655.0955 + (9.5634 \times \text{peso kg}) + (1.8449 \times \text{Estatura cm}) - (4.6756 \times \text{Edad})$$

$$\text{GEB} = 655.0955 + (9.5634 \times 68.4 \text{ kg}) + (1.8449 \times 158) - (4.6756 \times 32)$$

$$\text{GEB} = 655.0955 + 654.1365 + 291.4942 - 149.6192$$

$$\text{GEB} = 655.0955 + 654.1365 + 141.8750$$

$$\text{GEB} = 1,451.1070$$

$$\text{GET} = \text{GEB} + \text{EF} + \text{AF} + \text{ETA}$$

$$\text{ETA } 10\% = \text{GEB} \times .10 = 1,451.1070 \times .10 = 145.1107$$

$$\text{AF } 10\% = \text{GEB} \times .10 = 1,451.1070 \times .10 = 145.1107$$

$$\text{GET} = 1,451.1070 + 145.1107 + 145.1107 = 1,741.3284 \text{ kcal}$$

6. Realiza Distribución Normal

- HC = 55-60% = 59 % = /4
- LIP = 25-30% = 26 % = /9
- PT = 10-15% = 15 % = /4

$$100\% = 100\%$$

- HC = 59 % = GET x .59 = (1,741.3284) (.59) = 1,027.3837/4 = 256.8459
- LIP = 26 % = GET x .26 = (1,741.3284) (.26) = 452.7453/9 = 50.3050
- PT = 15 % = GET x .15 = (1,741.3284) (.15) = 261.1992/4 = 65.2998

7. Cuadro Dieto Sintético

		E		P		L		H		R
V		25	100	2	8	0	0	4	16	4
F		60	360	0	0	0	0	15	90	6
CYT	SG	70	70	2	2	0	0	15	15	1
	CG	115	575	2	10	5	25	15	75	5
Leg		120	120	8	8	1	1	20	20	1
AOA	MBAG	40	80	7	14	1	1	0		2
	MBAG	55		7		3		0		
	MAG	75		7		5		0		
	AAG	100		7		8		0		
Lacteos	DES	95	190	9	18	2	4	12	24	2
	SEM	110		9		4		12		
	ENT	150		9		8		12		
	C/AZ	200		8		5		30		
AyG	SIN P	45	90	0	0	5	10	0	0	2
	CON P	70	140	3	6	5	10	3	6	2
AZ	SIN G	40	40	0	0	0	0	10	10	1
	CON G	85		0		5		10		
Total		1741 kcal	1765 kcal	65	66	50	51	256	256	

Menú Caso Clínico 1 (Mujer embarazada)

1. Desayuno: Huevos Indios

Huevo en omelette acompañado de nopal picado, con 2 tortillas de maíz, junto con ½ taza de frijoles, 1 taza de manzana y 1 taza de leche descremada

2. Colación: Galletas Caribe

3 galletas de maíz horneado acompañado de ½ taza de atún y con ½ y ½ taza de pera

3. Comida: Fajitas soperas

Sopa de papa con zanahoria, acompañado de ½ taza de fajitas de pollo junto con ½ taza de arroz cocido con agua de limón con chía

4. Colación: Pika fresa

1 puño de semillas con ½ taza de fresas

5. Cena: Toti pollo Frutal

2 Tostadas de maíz, acompañadas de 1/2 pollo deshebrado, junto con 1 taza de fruta mixta con yogurt natural sin azúcar.

Caso Clínico 2

Paciente masculino de 68 años de edad (adulto mayor) con un peso de 57 kg y una talla de 172 cm, quien acude a consulta, refiere no presentar ningún proceso patológico de gravedad, más que diabetes con glicemia de 250 mg/dl y presenta edentulismo

$$1. \text{ IMC} = \frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Talla}^2} = \frac{57 \text{ kg}}{(1.72)^2} = \frac{57 \text{ Kg}}{2.95} = 19.32 \text{ kg/m}^2$$

2. Dx de Nutrición: El paciente presenta un IMC de 19.32 kg/m², por lo que de acuerdo a la escala de IMC en adultos mayores, nuestro paciente se encuentra en bajo peso

3. Calculo de peso ajustado, peso ideal, peso máximo y peso saludable

$$\text{-Peso ajustado} = (18.5 \text{ kg/m}^2) (\text{talla}^2) = (18.5 \text{ kg/m}^2) (1.72^2) = 54.57 \text{ Kg}$$

$$\text{-Peso máximo} = (24.9 \text{ kg/m}^2) (\text{talla}^2) = (24.9 \text{ kg/m}^2) (1.72^2) = 73.45 \text{ Kg}$$

$$\text{-Peso Ideal} = (23 \text{ kg/m}^2) (\text{talla}^2) = (23 \text{ kg/m}^2) (1.72^2) = 67.85 \text{ kg}$$

$$\text{-Peso saludable} = \text{Pi} \pm (\text{x Kg} \text{ máx. } 10\text{kg}) = (67.85) \pm (5 \text{ kg}) = 72.85 \text{ kg}$$

4. Calculo peso meta

$$\text{-Peso meta} = (\text{Peso real}) (.95\%) = (57 \text{ kg}) (.95) = 54.15 \text{ kg}$$

$$\text{-Peso meta} = (57 \text{ kg} - 54.15) = 2.8 \text{ (Kg a aumentar)}$$

$$\text{-PM1} = 57 \text{ kg} + 2.8 = 59.8 \text{ kg} \quad \text{-PM2} = 59.8 + 2.8 = 62.6 \text{ kg}$$

$$\text{-PM3} = 62.6 \text{ kg} + 2.8 = 65.4 \text{ kg} \quad \text{-PM4} = 65.4 + 2.8 = 68.2 \text{ kg}$$

5. Realiza la Distribución Ideal

$$\text{GET} = \text{GEB} + \text{AF} + \text{ETA} + \text{EF}$$

$$\text{GEB} = 66.473 + (13.7516 \times \text{peso kg}) + (5.0033 \times \text{Estatura cm}) - (6.775 \times \text{Edad})$$

$$\text{GEB} = 66.473 + (13.7516 \times 59.8 \text{ kg}) + (5.0033 \times 172) - (6.775 \times 68)$$

$$\text{GEB} = 66.473 + 822.3456 + 860.5676 - 460.7000$$

$$\text{GEB} = 66.473 + 822.3456 + 399.8676$$

$$\text{GEB} = 1,288.6862$$

$$\text{GET} = \text{GEB} + \text{EF} + \text{AF} + \text{ETA}$$

$$\text{ETA } 10\% = \text{GEB} \times .10 = 1,288.6862 \times .10 = 128.8686$$

$$\text{AF } 10\% = \text{GEB} \times .10 = 1,288.6862 \times .10 = 128.8686$$

$$\text{GET} = 1,288.6862 + 128.8686 + 128.8686 = 1,546.4234 \text{ kcal}$$

6. Realizar Distribución Normal

$$- \text{ HC} = 55\text{-}60\% = 57\% = /4$$

$$- \text{ LIP} = 25\text{-}30\% = 28\% = /9$$

$$- \text{ PT} = 10\text{-}15\% = 15\% = /4$$

$$100\% = 100\%$$

$$- \text{ HC} = 57\% = \text{GET} \times .57 = (1,546.4234) (.57) = 881.4613/4 = 220.3653$$

$$- \text{ LIP} = 28\% = \text{GET} \times .28 = (1,546.4234) (.28) = 432.9985/9 = 48.1109$$

$$- \text{ PT} = 15\% = \text{GET} \times .15 = (1,546.4234) (.15) = 231.9635/4 = 57.9908$$

7. Cuadro Dieto Sintético

		E		P		L		H		R
V		25	100	2	8	0	0	4	16	4
F		60	300	0	0	0	0	15	75	5
CYT	SG	70	70	2	2	0	0	15	15	1
	CG	115	460	2	8	5	20	15	60	4
Leg		120	120	8	8	1	1	20	20	1
AOA	MBAG	40	80	7	14	1	2	0	0	2
	MBAG	55		7		3		0		
	MAG	75		7		5		0		
	AAG	100		7		8		0		
Lacteos	DES	95	190	9	18	2	4	12	24	2
	SEM	110		9		4		12		
	ENT	150		9		8		12		
	C/AZ	200		8		5		30		
A y G	SIN P	45	180	0	0	5	20	0	0	4
	CON P	70		3		5		3		
AZ	SIN G	40	40	0	0	0	0	10	10	1
	CON G	85		0		5		10		
Total		1546	1540 kcal	58	58	48	47	220	220	

Menú Caso Clínico 2 (Adulto Mayor)

1. Desayuno: Sándwich Montañés

2 rebanadas de pan integral acompañado de 1 rebanada de queso y 1 rebanada de jamón, junto 2 galletas integrales

2. Colación: Bowl tropical

1 taza de fruta mixta picada con ½ taza de yogurt sin azúcar

3. Comida: Pollo feliz

½ taza de brócoli hervido acompañado de 1 taza de pollo en trozos bien picados en salsa de tomate junto con ½ taza de arroz cocido

4. Colación: Torti Queso

2 tortillas de maíz con queso blanco

5. Cena: Pasta Marina

1 taza de pasta en salsa de tomate natural, acompañada de ½ taza de atún con agua