



Martín Mar Calderón

Daniela Monserrat Méndez Guillén

Casos Clínicos

Nutrición

Grado: 3°

Grupo: "C"

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

Caso clínico 1

Paciente femenino de 32 años de edad, que presenta un peso de 72 kg y una talla de 1.58 cm, que se encuentra culminando el segundo trimestre de su embarazo, por lo que refiere a consulta externa para que el médico le de sus recomendaciones nutricionales.

- IMC

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

- DX DE NUTRICIÓN

La paciente se encuentra en sobrepeso grado II

- CALCULO DE PESO

- Peso ajustado = $(18.5 \text{ kg/m}^2) (\text{talla}^2) = (18.5 \text{ kg/m}^2) (2.49 \text{ m}^2) = \underline{46.06 \text{ kg}}$
- Peso máximo = $(24.9 \text{ kg/m}^2) (\text{talla}^2) = (24.9 \text{ kg/m}^2) (2.49 \text{ m}^2) = \underline{62 \text{ kg}}$
- Peso Ideal = $(21.5 \text{ kg/m}^2) (\text{talla}^2) = (21.5 \text{ kg/m}^2) (2.49 \text{ m}^2) = \underline{53.53 \text{ kg}}$
- Peso saludable = $Pi \pm (x \text{ Kg}) \text{ máx. } 10\text{kg} = (53.53) \pm (9 \text{ kg}) = \underline{62.53 \text{ kg}}$

- CALCULO DE PESO META

- Peso meta = $(\text{Peso real}) (.95\%) = (72 \text{ kg}) (.95) = 68.4 \text{ kg}$
- Peso meta = $(72 \text{ kg} - 68.4) = 3.6 \text{ kg}$
- Peso meta 1 = $72 \text{ kg} - 3.6 \text{ kg} = \underline{68.4 \text{ kg}}$ - Peso meta 2 = $68.4 \text{ kg} - 3.6 \text{ kg} = \underline{64.8 \text{ kg}}$
- Solo llegamos a ese peso meta, ya que se toma en cuenta el peso que una mujer puede llegar a subir durante su embarazo (12 kg).

- DISTRIBUCIÓN IDEAL

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

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

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

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

$$\text{GEB} = \underline{1,451.107}$$

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

$$\text{ETA} = \text{GEB} \times 10 = 1,451.107 \times .10 = \underline{145.1107}$$

$$\text{AF} = \text{GEB} \times 10 = 1,451.107 \times .10 = \underline{145.1107}$$

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

$$\text{GET} = 1,451.107 + 145.1107 + 145.1107 + 0 = 1,741.3284$$

$$\text{GET} = 1,741.3284 \text{ Kcal}$$

○ DISTRIBUCIÓN IDEAL

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

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

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

○ $\text{HC} = 60\% = \text{GET} \times .60 = (1741.3284) (.60) = 1044.7970/4 = 261.1992 \text{ gr.}$

○ $\text{LIP} = 25\% = \text{GET} \times .25 = (1741.3284) (.25) = 435.3321/9 = 48.3702 \text{ gr.}$

○ $\text{PT} = 15\% = \text{GET} \times .15 = (1741.3284) (.15) = 261.1992/4 = 65.2998 \text{ gr}$

○ CUADRO DIETOSINTETICO

		E		P		L		HC		R
V		25	100	2	8	0	0	4	16	4
F		60	360	0	0	0	0	15	90	6
C Y T	SG	70	280	2	8	0	0	15	60	4
	CG	115		2		5		15		
L		120	240	8	16	1	2	20	40	2
A O A	MBAG	40	40	7	7	1	1	0	0	1
	BAG	55		7		3		0		
	MAG	75		7		5		0		
	AAG	100	100	7	7	8	8	0	0	1
L	DES	95		9		2		12		
	SEM	110	110	9	9	4	4	12	12	1
	ENT	150	150	9	9	8	8	12	12	1
	C/ AZ	200		8		5		30		
A Y G	SIN P	45	135	0	0	5	15	0	0	3
	CON P	70		3		5		3		
A Y Z	SIN G	40	40	0	0	0	0	10	10	1
	CON G	85	170	0	0	5	10	10	20	2
Total		<u>1741</u>		<u>65</u>	<u>64</u>	<u>48</u>	<u>48</u>	<u>261</u>	<u>260</u>	

○ MENÚ

		D	C	C	C	C
V		2		2		
F		2	1	1	1	1
C Y T	SG	1		2		1
	CG					
L		1				1
A O A	MBAG	1				
	BAG					
	MAG					
	AAG			1		
L	DES					
	SEM				1	
	ENT		1			
	C/ AZ					
A Y G	SIN P		1	1	1	
	CON P					
A Y Z	SIN G					1
	CON G		1		1	

- Desayuno: Pechuga ahogada
 - 30g de pechuga de pollo sin piel cocida, acompañado de 1 taza de chayote cocido picado, con 1/3 de taza de frijol molido, 1/2 de jugo de naranja natural, 1/2 taza de manzana al vapor, con 3/4 de taza de avena cocida.
- Colación 1: Banquete de frutas
 - 1 taza de mango picado, con 1 taza de yogurt natural, 1 1/2 de cucharada de coco rallado, y 1 1/3 de palanqueta de cacahuete.
- Comida: Carne a la calabacita
 - 1/2 taza de brócoli cocido, con 1/2 de calabacita de castilla cocida, 1/2 taza de jugo de mango, 1/2 taza de arroz cocido, con 50g de cecina de res con 1/3 de pieza de aguacate has.
- Colación 2: fiesta frutal
 - 1 taza de mango picado, con 1/2 de taza de leche evaporada, con 8g de coco y 1/2 de pieza de Carlos V
- Cena: La hora feliz

- 1 ½ pieza de kiwi, con $\frac{3}{4}$ de taza de cereal multibrán flakes, acompañada de 2 cucharaditas de miel, y $\frac{1}{3}$ de taza de soya cocida

Caso clínico 2

Adulto mayor 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 250mg/dl y presenta edentulismo.

- IMC

$$\text{IMC} = \frac{\text{Peso (Kg)}}{\text{Talla (m}^2\text{)}} = \frac{57 \text{ Kg}}{(1.76 \text{ m})^2} = \frac{57 \text{ Kg}}{2.95 \text{ m}^2} = \underline{19.3220 \text{ kg/m}^2}$$

- DX DE NUTRICIÓN

El paciente se encuentra en un bajo peso

- CALCULO DE PESO

- Peso ajustado = $(18.5 \text{ kg/m}^2) (\text{talla}^2) = (18.5 \text{ kg/m}^2) (2.95 \text{ m}^2) = \underline{54.57 \text{ kg}}$
- Peso máximo = $(24.9 \text{ kg/m}^2) (\text{talla}^2) = (24.9 \text{ kg/m}^2) (2.95 \text{ m}^2) = \underline{73.45 \text{ kg}}$
- Peso Ideal = $(23 \text{ kg/m}^2) (\text{talla}^2) = (23 \text{ kg/m}^2) (2.95 \text{ m}^2) = \underline{67.85 \text{ kg}}$
- Peso saludable = $\text{Pi} \pm (\text{x Kg} \text{ máx. } 10\text{kg}) = (67.85) \pm (6 \text{ kg}) = \underline{73.85 \text{ kg}}$

- CALCULO DE PESO META

- Peso meta = $(\text{Peso real}) (.95\%) = (57 \text{ kg}) (.95) = 54.15 \text{ kg}$
- Peso meta = $(57 \text{ kg} - 54.15) = 2.85 \text{ kg}$
- Peso meta 1 = $57 \text{ kg} + 2.85 \text{ kg} = \underline{59.85 \text{ kg}}$ - Peso meta 2 = $59.85 \text{ kg} + 2.85 \text{ kg} = \underline{62.7 \text{ kg}}$
- Peso meta 3 = $62.7 + 2.85 \text{ kg} = \underline{65.55 \text{ kg}}$ - Peso meta 4 = $65.55 \text{ kg} + 2.85 \text{ kg} = \underline{68.4 \text{ kg}}$

- DISTRIBUCIÓN IDEAL

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

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

$$\text{GEB} = 66.473 + (13.7516 \times 59.85 \text{ kg}) + (5.0033 \times 172 \text{ cm}) - (6.775 \times 68)$$

$$\text{GEB} = 66.473 + 823.0332 + 860.5676 - 460.7$$

$$\text{GEB} = \underline{1,289.3738}$$

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

$$\text{ETA} = \text{GEB} \times 10\% = 1,289.3738 \times .10 = \underline{128.93738}$$

$$\text{AF} = \text{GEB} \times 10\% = 1,289.3738 \times .10 = \underline{128.93738}$$

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

$$\text{GET} = 1,289.3738 + 128.93738 + 128.93738 + 0 = 1,547.24856$$

$$\text{GET} = 1,547.24856 \text{ Kcal}$$

○ DISTRIBUCIÓN IDEAL

- HC = 55-60% = 60 % = /4
- LIP = 25-30% = 25 % = /9
- PROT = 10-15% = 15 % = /4

- HC = 60 % = GET x .60 = (1547.2485) (.60) = 928.3491/4 = 232.0872 gr.
- LIP = 25 % = GET x .25 = (1547.2485) (.25) = 386.812125/9 = 42.979125 gr.
- PT = 15 % = GET x .15 = (1547.2485) (.15) = 232.0872/4 = 58.0218 gr.

○ CUADRO DIETOSINTETICO

		E		P		L		HC		R
V		25	150	2	12	0	0	4	24	6
F		60	180	0	0	0	0	15	45	3
C Y T	SG	70	350	2	10	0	0	15	75	5
	CG	115	115	2	2	5	5	15	15	1
L		120	120	8	8	1	1	20	20	1
A O A	MBAG	40		7		1		0		
	BAG	55		7		3		0		
	MAG	75		7		5		0		
	AAG	100		7		8		0		
L	DES	95	95	9	9	2	2	12	12	1
	SEM	110		9		4		12		
	ENT	150	150	9	9	8	8	12	12	1
	C/ AZ	200		8		5		30		
A Y G	SIN P	45		0		5		0		
	CON P	70	210	3	9	5	15	3	9	3
A Y Z	SIN G	40		0		0		10		
	CON G	85	170	0	0	5	10	10	20	2
Total		<u>1547</u>	<u>1540</u>	<u>58</u>	<u>59</u>	<u>43</u>	<u>41</u>	<u>232</u>	<u>232</u>	

○ MENÚ

		D	C	C	C	C
V		2	1	3		
F		1	1		1	
C Y T	SG	1	1	2	1	
	CG					1
L				1		
A O A	MBAG					
	BAG					
	MAG					
	AAG					
L	DES	1				
	SEM					
	ENT					1
	C/ AZ					
A Y G	SIN P					
	CON P	1		1		1
A Y Z	SIN G					
	CON G		1		1	
Total						

- DESAYUNO: desayuno de campeones
 - ½ taza de chayote cocido picado con 4 piezas de jitomate cereza, con 1 pieza de mango manila, con 1/3 de sobre de atole vitaminado, 1 taza de leche lala Light y 5 cucharaditas de pasta de cacahuete.
- COLACIÓN 1: tuti fruti
 - 3 taza de lechuga, ½ de taza de durazno en almíbar, acompañado de ¾ de taza de avena cocida, con ½ taza de lenteja cocida y 15g de jamón serrano
- COMIDA: pa´ reventar
 - ½ taza de brócoli cocido, con 3 tazas de lechuga, y ½ taza de jugo de verduras, acompañado de ¼ de taza de arroz cocido, 1/3 de taza de espagueti cocido, con 1/3 de taza de frijol molido y 2 cucharadas de salsa de queso.

- COLACIÓN 2: Bowl de frutas
- ½ taza de manzana cocida con 4 galletas de marías azucaradas y 4 cucharadas de aderezo de miel.
- CENA: Hora feliz
- ½ de pieza mediana de croissant, con 1 taza de leche entera fría y 4 cucharaditas de almendra picada.