

Nombre del Alumno: Jenifer Elizabeth Velasco Hidalgo

Nombre del tema: Practicas embarazo

Parcial: 4°

Nombre de la Materia: Embarazo y lactancia

Nombre del profesor: Julibeth Martínez Guillén

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: 4°



Lugar y Fecha: Comitán de Domínguez Chiapas, a 1 de  
diciembre de 2022

## Objetivo de la practica

El objetivo fue que el alumno aprendiera como se deberia realizar una consulta y aplicar las tecnicas que se aprendieron con el docente

### Dia 1

11 de noviembre de 2022

Nuestra paciente fue una mujer lactante de 36 años, se encontraba en normopeso, a pesar de que no tenia tan buenos habitos, ya que consumia muchas frituras; en esta consulta a mi me toco hacer las mediciones antropometricas, las cuales no se me hicieron dificiles, la consulta fluyo muy bien, ya que la paciente fue muy accesible y hasta bromeaba con nosotras; la dieta que le proporcionamos fue adecuada a sus necesidades caloricas; y para finalizar nuestra consulta se le dieron unas recomendaciones nutricionales.

### Dia 2

18 de noviembre de 2022

Nuestra paciente fue una mujer embarazada de 27 años, se encontraba en normopeso, tenía una buena alimentación y nos dijo que desde antes de embarazarse cuidaba su alimentación, la dieta que le proporcionamos fue de acuerdo a sus necesidades calóricas, lo único que cuidamos en su dieta fue no mandarle alimentos con soya y hortalizas; ya que tenia hipotiroidismo. A mi me toco dar la consulta, me encontraba un poco nerviosa, pero al estar interactuando con ella me sentí segura y la consulta fue muy agradable, pues la paciente fue muy accesible y amable, igual al finalizar la consulta se le dieron unas recomendaciones para que siguiera cuidándose.



## Día 3

25 de noviembre de 2022

Nuestra paciente fue una mujer embarazada de 28 años, se encontraba en normo peso, tenía una buena alimentación, la consulta fluyo muy bien, la paciente fue muy amable, en esta consulta me toco medir y pesar, logramos observar que tenia unas manchas en el cuello, por lo que le recomendamos hacerse un análisis clínico para poder descartar una diabetes pregestacional y también al tomar signos vitales nos percatamos que tenía la presión baja y se le recomendó comer un caramelo.



## Conclusión

En lo personal estas practicas me ayudaron mucho, ya que a mi no se me da tan fácil interactuar con las personas y con esto se me fue quitando un poco el miedo de poder hablar con ellas, me gustaron mucho, fueron muy dinámicas y divertidas.