



Nombre de las alumnas: Alejandra Teresa Cansino León.

Nombre del profesor: Julibeth Martínez Guillen.

Nombre del trabajo: Reporte de prácticas.

Materia: Nutrición en el Embarazo y Lactancia.

Grado: 4º Cuatrimestre.

Parcial: 4.

Grupo: LNU17EMC0121- A

Comitán de Domínguez Chiapas, a 29 de Noviembre de 2022.

“Reporte de prácticas”

Objetivo:

El objetivo es aplicar los conocimientos teóricos en la práctica, haciendo uso correcto de las herramientas básicas, además de diseñar planes nutricionales que se ajusten a las necesidades de los pacientes en cuestión.

Materiales:

- Cinta antropométrica
- Báscula
- Estadímetro
- Computadora
- Baumanómetro
- Termómetro
- Oxímetro

Proceso:

- **Día 1: 11 de Noviembre de 2022.**

Se presentó una paciente lactante de 36 años de edad, la cual no contaba con buenos hábitos alimenticios, sin embargo, a pesar de eso, se encontraba en normopeso. La px fue accesible en todo momento gracias a eso, tuve un poco menos de nervios pues durante consulta yo fui la encargada de tomar los signos vitales, dentro de los cuales se encontraban:

Pulso: 70

Frecuencia respiratoria: 16rpm

T/A: 100/72

Temperatura: 35.8°C

A simple vista, sus signos vitales se encontraban en buen estado a excepción de su presión arterial, pues esta, se encontraba un poco baja. Por lo que al finalizar la consulta, se le dieron algunas recomendaciones nutricionales y por supuesto, se le recomendó hacerse un monitoreo constante de su presión arterial.

La dieta que se le brindo, fue adecuada según sus necesidades calóricas y nutricionales



- **Día 2: 18 de Noviembre de 2022.**

Se presentó una paciente embarazada de 27 años de edad, la cual contaba con buenos hábitos alimenticios desde antes de su embarazo que tenía hipotiroidismo por lo cual cuidar su alimentación era de vital importancia. La px se encontraba en normopeso. Gracias a que la px fue accesible en todo momento, tuve un poco menos de nervios pues durante consulta yo fui la encargada de tomar el peso y la talla. Para esto, primero le pedí a la paciente que si podía quitarse todos sus accesorios y sus zapatos. Después de eso le pedí a la px que si se podía subir a la báscula en posición recta con la vista hacia al frente, esto para poder tomar de manera adecuada su peso. Y para poder tomar su talla le pedí a la px que se diera la vuelta ahí mismo en la báscula en posición recta con la vista al frente y pies juntos.

Al finalizar la consulta, se le dieron algunas recomendaciones nutricionales y por supuesto se le felicito ya que su embarazo era muy saludable.

La dieta que se le brindo, fue adecuada según a sus necesidades calóricas y nutricionales.



- **Día 3: 25 de Noviembre de 2022.**

Se presentó una paciente embarazada de 28 años de edad, la cual contaba con buenos hábitos alimenticios. Gracias a que la px fue accesible en todo momento, tuve un poco menos de nervios pues durante consulta yo fui la encargada de realizar la entrevista para poder llenar su historial clínico. Al finalizar la consulta, se le dieron algunas recomendaciones nutricionales que como nutriólogas se aconsejábamos seguir en lo que se le otorga su plan alimenticio.



Conclusión:

En conclusión, me gustó mucho comenzar a realizar prácticas en especial con pacientes embarazadas y lactantes, pues nos ayuda a nosotros como a estudiantes a perderle el miedo a la realización de consultas, además nos permite poner en práctica nuestros conocimientos adquiridos y además de diseñar planes nutricionales que se ajusten a las necesidades de los pacientes en cuestión.