



# UNIVERSIDAD DEL SURESTE

## LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

**MATERIA:** NUTRICION EN EL EMBARAZO Y LACTANCIA

**Tema:** REPORTE DE PRACTICAS

**Profesor:** JULIBETH MARTINEZ GUILLEN

**Alumno:** SYLVIA MILETH GUTIERREZ CITALAN

4er Cuatrimestre

Comitán de Dominguez Chiapas 21 de Noviembre del 2022

## VIERNES 11 DE NOVIEMBRE DE 2022

### Paciente: Trinidad del Rocío Méndez Ramírez

Fue la primera consulta, estaba muy nerviosa porque no me sentía preparada para dar una consulta, además que tuvimos problemas con nuestra paciente.

Me toco hacer **la exploración física** que consta de cuatro componentes:

- Observación
- Palpación
- Percusión
- Auscultación

En mi paciente observé que el cabello estaba pintado, así que se le hizo la recomendación de no seguir pintándolo por qué estaba iniciando su embarazo.

Pues pequeñas cantidades de tinte de pelo pueden absorberse a través de la piel y entrar en contacto con él bebe.

Estaba tan nerviosa que se me olvido checar sus uñas

Sus pupilas se dilataron de manera correcta, así que se descartaron problemas neurológicos.

Redacte también mi primera nota clínica que espero seguir mejorando porque también me resulto confuso.

Tambien tome sus **signos vitales** como fue:

- **Presion arterial:** 100-80mmhg Normal
- **Pulso:** 74ppm Normal
- **Frecuencia respiratoria:** 20 rpm Normal
- **Frecuencia cardiaca:** 80 lpm Normal
- **Temperatura:** 36.1 Normal
- **SO2:** No tenemos oximetro
- 

Me costo encontrar su pulso.

Le dije que se sentara derecha, pero algunos pacientes no hacen caso 😞



## VIERNES 18 DE NOVIEMBRE DE 2022

### Paciente: Fátima Gudalupe Lezama Solis

Esta vez me toco hacer la entrevista con ayuda de la historia clínica como tengo facilidad de palabra pensé que sería fácil, la conversación fluyo muy bien, pero me di cuenta de que no solo consiste en preguntar si no en interpretar he de identificar las posibles causas de sus síntomas.

Pues ella me comentaba que tenía reflujo causado por su consumo de café ella nos comentaba que toma 2 tazas al día por lo que le dije que dejara el café, mi profesora a cargo me ayudo a mejorar la recomendación me gusto ver su experiencia, pues le explico las razones por las que no se consume el café además que mostró empatía por qué le dijo que si no podía dejar el café solo lo pintara.

Eso sonó mucho mejor pues, no le genera ansiedad a mi paciente. Sono mas amable jeje

Ahora entiendo mejor como debe de tratar a mi paciente.

A la hora de hacer menú con ella si me costó un poco más porque elimino varios alimentos que normalmente mando como brócoli, papa, lácteos, así que tuve que ser más creativa, sin embargo, quede satisfecha con mi trabajo.

A un que no me correspondía, pero tome su TA me sorprendió que nose si estaba nerviosa, pero sentí muy rápido su pulso, por lo que no se me dificulto la toma de presion.

**Presion arterial:** 110-80mmhg Normal

**Temperatura:**35.9 Normal

Vean mi cara me sentía muy feliz e empoderada toda una nutrióloga 🌟



Ella si obedeció jaja



**VIERNES 25 DE NOVIEMBRE DE 2022**

**Paciente: Graciela Rubi Garcia Pulido**

Atendimos a una paciente en periodo de lactancia ami me toco Antropometría que constaba en pesar y medir, no estaba tan nerviosa, a pesar de ser mi primera vez, mi paciente fue muy amable y participativo.

Tome las siguientes medidas

- Peso
- Talla
- Muñeca
- Circunferencia de cadera y cintura

Las tomé mal porque a veces la cinta no queda bien del lado que no se ve a simple vista, así que aprendí que tengo que revisar bien mi cinta antropometrica.

Espero mejorar con la práctica y explicarle mejor a la hora de como se tiene que acomodar.

