



Nombre: Cristal Alejandra Hernández Roblero

Maestra: Daniela Monserrat Méndez Guillen

Grado: 2



Grupo: A

Actividad: Casos Clínicos

Materia: Planeación Dietética

Comitán de Domínguez Chiapas (Domingo 9 de Abril del 2023)

CASOS CLINICOS

Caso 1 - Embarazo

Edad: 29 años

Px: Femenino

Peso: 43 kg

Talla: 1.70 m = 2.89 m²

1- Dx de Nutrición

$$IMB = \frac{\text{Peso (kg)}}{(\text{Talla m})^2} = \frac{43 \text{ kg}}{1.70^2} = 14.878 \quad \text{IMC} = \frac{56 \text{ kg}}{1.89} = 19.38$$

Dx: Delgadez Severa Preconcepción y riesgo de bebe microsomico

2- Calculo de Pesos

$$P_1 = (\text{Talla}^2) (21.5 \text{ kg/m}^2) = (2.89 \text{ m}^2) (21.5 \text{ kg/m}^2) = 62.135 \text{ kg}$$

$$P_s = P_1 + 10 \text{ kg} = 24.66 \text{ kg/m}^2 = 62.135 + 10 \text{ kg} = 72.135 \div 2.89 = 24.9602$$

$$P_{\text{max}} = (24.99 \text{ kg/m}^2) (\text{Talla})^2 = 72.2211 \text{ kg}$$

$$P_{\text{min}} = (18.5 \text{ kg/m}^2) (\text{Talla})^2 = 53.465 \text{ kg}$$

$$(53.465) (2.89) = 18.5$$

3- Pmeta

$$P_{\text{meta}_1} = 56 + 2.8 = 58.8 \text{ kg} \quad \begin{array}{r} 56 \text{ kg} \\ 53.2 \end{array}$$

$$P_{\text{meta}_2} = 58.8 + 2.8 = 61.6 \text{ kg} \quad \begin{array}{r} 58.8 \\ 2.8 \text{ kg} \end{array}$$

$$P_{\text{meta}_3} = 61.6 + 2.8 = 64.4 \text{ kg}$$

Formula Harris Benedict

$$GEB = 655.09 + [(9.563) \times \text{Peso (kg)}] + [1.89 \times \text{talla (cm)}] - [(4.676 \times \text{edad})]$$

$$GEB = 655.09 + [(9.563 \times 58.8 \text{ kg})] + [1.89 \times (170 \text{ cm})] - [(4.676 \times 29)]$$

$$GEB = 655.09 + 562.3044 + 322.8 - 135.604$$

$$GEB = 655.09 + 562.3044 + 200.576$$

$$GEB = 1,417.9704 \text{ kcal}$$

$$ETA\ 10\% = (GEB)(.10) = (1417.9704)(.10) = 141.7970$$

$$AF\ 10\% = (GEB)(.10) = (1417.9704)(.10) = 141.7970$$

$$GET = GET + ETA + AF$$

$$GET = 1417.9704 + 141.7970 + 141.7970$$

$$GET = 1701.5644$$

$$HC = 55 - 60\% = Get \times .58 = 1701.5644 \times .58 = 986.9073\ kcal$$

$$LIP = 25 - 30\% = Get \times .27 = 1701.5644 \times .27 = 459.4223\ kcal$$

$$Prote = 10 - 15\% = \frac{Get \times .15}{100\%} = 1701.5644 \times .15 = 255.2346\ kcal$$

$$HC = \frac{986.9073}{4} = 246.7268\ gr$$

$$LIP = \frac{459.4223}{9} = 51.0469\ gr$$

$$Prote = \frac{293.1034}{4} = 73.2758\ gr$$

EMBARAZO (1)

grupo en el sistema de equivalencia	subgrupos		energía	proteínas	lipidos	hidratos de carbono
verduras (6)		(5)	25	2	10	4
		(5)	60	0	0	15
frutas (6)		(5)	70	2	10	15
		(2)	115	2	9	15
cereales y tuberculos (11)	a) Sin grasa		120	8	1	20
	b) Con grasa		40	7	14	0
leguminosas (2)		(2)	55	7	14	0
		(2)	75	7	5	0
		(1)	100	7	7	8
		(1)	95	9	2	12
alimentos de origen animal (4-6)			110	9	4	12
			150	9	8	12
		(1)	200	8	8	30
		(2)	45	0	0	0
leche (2)		(2)	70	3	6	6
		(1)	40	0	0	10
aceites y grasas (8)	a) Sin grasa		85	0	5	10
	b) Con grasa					
azucares (2)						
subtotal			1765	73	51	246

EMBARAZO (1)

Lunes (Desayuno) "ENSALADA"

40 gr. de lechuga tierna, 1 cda de aceite de oliva, 25 gr de aceite chihuahua en cuadritos y 3 piezas de Galleta salada.

(COLACIÓN) "LICUADO DE FRESA"

Meter a la licuadora una naranja picada, 4 fresas y 1 zanahoria, acompañado de una cucharada de azúcar y hielo.

(Tomar una Pastilla de ácido fólico para un óptimo desarrollo del bebé)

(COMIDA) "PESCADO CON VERDURAS"

Poner al vapor brócoli, zanahoria y chayote junto con pescado blanco ya marinado, una vez ya servido en el plato poner al gusto salsa de pimienta verde.

(COLACIÓN) "YOGURT"

Agregar granola con frutas secas baja en grasa y 5 piezas de fresa acompañado de Yogurt Natural con poco azúcar.

(CENA) "ENSALADA DE ATUN"

Ensalada de Atun acompañado de Galletas Saladas.

Martes (Desayuno) "Bowl de cereal con fruta"

En un frasco agregar cereal con trigo, fresa, melón, plátano y manzana picada con tapioca y leche.

(COLACIÓN) "PAN TOSTADO"

1 pieza de pan tostado empuñado de aguacate y agregarle queso oaxaca en ratitas.

(Tomar una Pastilla de ácido fólico para un óptimo desarrollo del bebé)

(COMIDA) "CALDO TLALPEÑO"

Picar zanahoria, papa, chayote agregando hígado y pollo (deshebrado) con aguacate en rodajas.

(COLACIÓN) "YOGURT"

Melón picado con avena y Yogurt natural.

(CENA) "SANDWICH"

2 rebanadas de pan bimbo con lechuga, tomate, cebolla y jamón.

Miércoles (Desayuno) "PAN TOSTADO"

2 rebanadas de pan tostado con aguacate untado con huevo estrellado

(COLACIÓN) "LICUADO (ARIBTÑO)"

Licuar fresa, piña, naranja y zanahoria con azúcar y hielo

(Tomar una pastilla de ácido fólico para un óptimo desarrollo del bebé)

(COMIDA) "PECHUGA A LA PLANCHA"

Saltear coliflora, chile morron, espárragos en rodajas con 1 cucharada de aceite de oliva y acompañarlo con 50 gr de pechuga a la plancha.

(COLACIÓN) "Avena"

Atole de avena con fresa picada (1 taza)

(CENA) "QUESADILLAS"

3 tortillas de nopal con queso oaxaca acompañado de salsa de tomate.

JUEVES (DESAYUNO) "HUEVOS"

Huevos con espinaco y frijoles fritos (2)

(COLACIÓN) "LICUADO DE PLÁTANO"

Licua plátano con leche y nueces (1 vaso)

(Tomar una pastilla de ácido fólico para un óptimo desarrollo del bebé)

(COMIDA) "SOPA"

Sopa de fideos con merluza de pollo (1 taza)

(COLACIÓN) "ENSALADA"

Ensalada de pepino y lechuga picada (agregar limón y sal) 80 gr

(CENA) "TACOS"

3 tacos de molida de res sin grasa acompañado de ensalada mexicana

VIERNES (DESAYUNO) "SANDWICH"

2 rebanadas de pan bimbo con lechuga, tomate, cebolla y pollo deshidratado

(COLACIÓN) "LICUADO DE FRESA"

Licua fresa con leche, avena y nueces.

(Tomar la pastilla de ácido fólico para un óptimo desarrollo del bebé)

(COMIDA) "HIGADO ENSEBOLLADO"

Freír el hígado con cebolla en rodajas usando aceite de oliva 50 gr

(COLACIÓN) "KIWI"

Pice cakes con kiwi picado 2

(CENA) "TOSTADAS"

2 tostadas con pollo deshidratado, frijoles fritos, lechuga y tomate.

SABADO (DESAYUNO) "SINCRONIZADAS"

3 sincronizadas con queso oaxaca y jamón

(COLACIÓN) "FRUTA PICADA"

Picar melón, plátano, manzana, uva y fresa (1 taza)

(Tomar una pastilla de ácido fólico para un óptimo desarrollo del bebé)

(COMIDA) "CARNE ASADA"

Poner a asar carne y acompañar con arroz a la jardinera (90 gr)

(COLACIÓN) "PAPAYA"

Picar un cuarto de papaya y agregarle amaranto con miel

(CENA) "QUESADILLA"

3 quesadillas de nopal con molida de res sin grasa, acompañar con ensalada de pepino, rabano, limón y poco sal.

CASOS CLINICOS

Caso 2 - Adolescencia

Edad: 18 años

Px: Masculino

Peso: 87 kg

Talla: 1.60 m = 2.56 m²

1 - Dx de Nutrición

$$IMC = \frac{\text{Peso (kg)}}{(\text{Talla m})^2} = \frac{87}{1.60^2} = 33.989$$

Dx: Obesidad tipo 1 (Moderado)

2 - Calculo de Pesos

$$P_1 = (\text{Talla}^2)(23 \text{ kg/m}^2) = (2.56 \text{ m}^2)(23 \text{ kg/m}^2) = 58.88 \text{ kg}$$

$$P_5 = P_1 + 10 \text{ kg} = 24.66 \text{ kg/m}^2 = 58.88 + 15 \text{ kg} = 63.88 \div 2.56 = 24.9531$$

$$P_{\text{max}} = (24.99 \text{ kg/m}^2)(\text{Talla})^2 = 63.974 \text{ kg}$$

$$P_{\text{min}} = (18.5 \text{ kg/m}^2)(\text{Talla})^2 = 47.36 \text{ kg}$$

$$(47.36)(2.56) = 18.5$$

3 - Meta

$$P_{\text{meta1}} = 87 \times .95 = 82.65$$

$$P_{\text{meta2}} = 82.65 \times .95 = 78.5175$$

$$P_{\text{meta3}} = 78.5175 \times .95 = 74.5916$$

$$P_{\text{meta4}} = 74.5916 \times .95 = 70.8620$$

$$P_{\text{meta5}} = 70.8620 \times .95 = 67.3189$$

$$P_{\text{meta6}} = 67.3189 \times .95 = 63.9529 \checkmark$$

GEB (Formula Harns Benedict)

$$GEB = 66.47 + [(13.75 \times \text{Peso (kg)}) + (5 \times \text{talla (cm)}) - [(6.75 \times \text{edad})]$$

$$GEB = 66.47 + [(13.75)(82.65)] + [(5)(160)] - [(6.75)(18 \text{ años})]$$

$$GEB = 66.47 + 1136.4375 + 800 - 121.5$$

$$GEB = 66.47 + 1136.4375 + 678.5$$

$$GEB = 1881.4075 \text{ kcal}$$

$$\text{ETA } 10 \% = (\text{GEB}) (.10) = (1881.4075) (.10) = 188.1407$$

$$\text{AT } 10 \% = (\text{GEB}) (.10) = (1881.4075) (.10) = 188.1407$$

$$\text{GET} = \text{GET} + \text{ETA} + \text{AT}$$

$$\text{GET} = 1881.4075 + 188.1407 + 188.1407$$

$$\text{GET} = 2257.6889$$

$$\text{HC} = 55 - 60 \% = \text{GET} \times .58 = 2257.6889 \times .58 = 1309.4595 \text{ kcal}$$

$$\text{LIP} = 25 - 30 \% = \text{GET} \times .27 = 2257.6889 \times .27 = 609.5760 \text{ kcal}$$

$$\text{PROTE} = 10 - 15 \% = \text{GET} \times .15 = 2257.6889 \times .15 = 338.6533 \text{ kcal}$$

$$\text{HC} = \frac{1309.4595}{4} = 327.3648 \text{ gr}$$

$$\text{LIP} = \frac{609.5760}{9} = 67.7306 \text{ gr}$$

$$\text{PROTE} = \frac{338.6533}{4} = 84.6633 \text{ gr}$$

ADOLESCENTE (2)

grupo en el sistema de equivalencia	subgrupos	energía	proteínas	lipidos	hidratos de carbono
verduras (6)	(6)	25	2	12	0
	(6)	60	0	0	0
frutas (6)	(1)	70	2	2	0
	(5)	115	2	10	2.5
cereales y tuberculos (11)	(2)	120	8	16	1
		40	7		1
leguminosas (2)	a) Sin grasa	55	7	7	3
	b) con grasa	75	7	7	5
	a) muy bajo aporte de grasa	100	7	14	8
	b) bajo aporte de grasa	95	9		2
alimentos de origen animal (4-6)	(1)	55	7	7	3
	(1)	75	7	7	5
	(2)	100	7	14	8
	(2)	95	9		2
leche (2)	b) Semidescremada	110	9		4
	a) Entera	150	9		8
	d) Con azucar	200	8	16	5
	a) Sin Proteinas	45	0		5
aceites y grasas (8)	b) con proteinas	70	3		5
	a) Sin grasa	40	0	0	0
azucares (2)	(1)	85	0	0	5
	(1)	85	0	0	5
subtotal		2250	84	66	325

ADOLESCENCIA (2)

LUNES (DESAYUNO) "QUESADILLAS"

3 quesadillas con quesillo de oaxaca y jamon acompañado de salsa verde

(COLACIÓN) "MANZANA CON YOGURT"

Picar una manzana con nuez y agregarle yogurt natural cero-cero y miel.

(COMIDA) "PECHUGA A LA PLANCHA"

Para asar pechuga a la plancha ya marinada acompañado de arroz a la jardinera (40 gr)

(COLACIÓN) "ENSALADA"

lechuga picada con nuez y queso ameli en cubos. (acompañar con salsas) 80 gr

(CENA) "SANDWICH"

2 rebanadas de pan bimbo integral acompañado de quesillo, lechuga, tomate, cebolla y jamon de pavo.

MARTES (DESAYUNO) "HUEVOS"

2 rebanadas de pan tostado integral untado de aguacate y agregar el huevo revuelto con salsa roja.

(COLACIÓN) "LICUADO DE PLATANO"

Licuar un plátano con amaranto y leche. (1 taza)

(COMIDA) "ESPAGETI A LA BOLOÑESA"

Espageti natural con poca sal agregarle carne molida sin grasa y salsa roja. (1 plato)

(COLACIÓN) "YOGURT DE FRUTOS SECOS"

En una taza con yogurt natural cero-cero agregarle frutos secos. (1 porción)

(CENA) "TACOS DE POLLO"

3 tortillas de maíz agregarle pollo deshebrado en salsa roja y acompañar con ensalada mexicana y limón.

MIÉRCOLES (DESAYUNO) "LICUADO VERDE"

Licuar piña, apio, nopal, pepino y Naranja. (1 vaso)

(COLACIÓN) "BOWL DE FRUTAS"

Acar melon, uva, plátano, manzana y Nuez. Agregar miel. (1 taza chica)

(COMIDA) "FILETE DE PESCADO"

50 gr de filete de pescado, acompañar con arroz a la jardinera y ensalada

(COLACIÓN) "GELATINA"

1 taza de gelatina con kiwi picado sin azúcar.

(CENA) "AVENA"

Atole de avena con fresa picada y canela en polvo. (1 taza)

JUEVES (DESAYUNO) "HUEVOS"

2 claras de huevo con espinaca y frijoles frijos y 3 tortillas de Nopal

(COLACIÓN) "YOGURT NATURAL"

1 taza de yogurt natural con queso, piatano y cebolla en polvo

(COMIDA) "CALDO DE POLLO"

Caldo de pollo con verduras que incluya (zanahoria, chayote, papa) sin grasa

(COLACIÓN) "RICE CAKES"

2 rice cakes untado de aguacate y agregar ensalada mexicana

(CENA) "MANZANA"

1 manzana al horno espolvoreado con canela y café sin azúcar.

VIERNES (DESAYUNO) "HOT CAKES"

2 hot cakes de avena con fresa picada por encima y miel

(COLACIÓN) "PIATANO"

1 plátano triturado con leche descremada y canela (agregar nuez)

(COMIDA) "PESCADO EMPAPELADO"

1 pescado empanado con tomate, cebolla, chile y comino, acompañar

con arroz natural sin grasa.

(COLACIÓN) "YOGURT"

1 taza de yogurt natural con queso en trigo y dátils picados sin azúcar.

(CENA) "TOSTADAS"

2 tostadas de tortilla de maíz natural untadas frijoles molidos con pollo desmenuado y acompañar con lechuga, tomate, cebolla y queso sin grasa.

SABADO (DESAYUNO) "HUEVO CON CHAYOTE"

2 claras de huevo con chayote picado en cuadrillos acompañado con frijoles de bola y una taza de café sin azúcar

(COLACIÓN) "JUGO VERDE"

Licuar agua con jengibre, 1 limón, pepino y piña (sin azúcar) 1 vaso

(COMIDA) "LENTEJAS"

Pera cocida la lenteja, con zanahoria picada, ajo, aceite de oliva, 1 tomate

en cubitos 50 gr de pavo y acompañar con tostadas salma.

(COLACIÓN) "GELATINA" 1 taza de gelatina de fresa sin azúcar

(CENA) "TOSTADAS DE ATUN"

Das tostadas de chus en ensalada mexicana

CASOS CLINICOS

Caso 3 - Adulto Mayor

Edad: 76 años

Px: Masculino

Peso: 67 kg

Talla: 1.76 m = 3.09 m²

1 - Dx de Nutrición

$$IMC = \frac{\text{Peso (kg)}}{(\text{Talla m})^2} = \frac{67}{1.76^2} = 21.682$$

Dx: Normal

2 - Calculo de Pesos

$$P_1 = (\text{Talla}^2) (23 \text{ kg/m}^2) = (3.09 \text{ m}^2) (23 \text{ kg/m}^2) = 71.07 \text{ kg}$$

$$P_5 = P_1 + 10 \text{ kg} = 24.66 \text{ kg/m}^2 = 71.07 + 6 = 77.07 \div 3.09 = 24.991$$

$$P_{\text{max}} = (24.99 \text{ kg/m}^2) (\text{Talla})^2 = 77.2191 \text{ kg}$$

$$P_{\text{min}} = (18.5 \text{ kg/m}^2) (\text{Talla})^2 = 57.165 \text{ kg}$$

$$(57.165) (3.09) = 18.5$$

3 - P_{meta}

$$P_{\text{meta}_1} = 67 \times 0.5 = 3.35 + 67 = 70.35$$

$$P_{\text{meta}_2} = 70.35 + 3.35 = 73.7$$

$$P_{\text{meta}_3} = 73.7 + 3.35 = 77.05 \text{ kg} \checkmark$$

GEB (FORMULA DE HARRIS BENEDIC)

$$GEB = 66.47 + [(13.75 \times \text{Peso (kg)})] + [5 \times \text{talla (cm)}] - [(6.75 \times \text{edad})]$$

$$GEB = 66.47 + [(13.75) (70.35 \text{ kg})] + [5] (176 \text{ cm}) - [(6.75) (76 \text{ años})]$$

$$GEB = 66.47 + 967.3125 + 880 - 513$$

$$GEB = 66.47 + 967.3125 + 367$$

$$GEB = 1400.7825 \text{ kcal}$$

$$\text{ETA } 10\% = (\text{GEB})(.10) = (1400.7825)(.10) = 140.0782$$

$$\text{AF } 10\% = (\text{GEB})(.10) = (1400.7825)(.10) = 140.0782$$

$$\text{GET} = \text{GE} + \text{ETA} + \text{AF}$$

$$\text{GET} = 1400.7825 + 140.0782 + 140.0782$$

$$\text{GET} = 1680.9389$$

$$\text{HC} = 55-60\% = \text{GET} \times .58 = 1680.9389 \times .58 = 974.9446 \text{ kcal}$$

$$\text{LIP} = 25-30\% = \text{GET} \times .27 = 1680.9389 \times .27 = 453.8535 \text{ kcal}$$

$$\text{Prote} = 10-15\% = \text{GET} \times .15 = 1680.9389 \times .15 = 252.1408 \text{ kcal}$$

100%

$$\text{HC} = \frac{974.9446}{4} = 243.7361 \text{ gr}$$

$$\text{LIP} = \frac{453.8535}{9} = 50.4281 \text{ gr}$$

$$\text{Prote} = \frac{252.1408}{4} = 63.0352 \text{ gr}$$

ADULTO MAYOR (3)

grupo en el sistema de equivalencia	subgrupos		energía	proteínas	lipidos	hidratos de carbono			
verduras (6)		(5)	25	125	2	10	0	4	20
	frutas (6)	(5)	60	300	0	0	0	0	15
cereales y tuberculos (11)	a) Sin grasa	(5)	70	350	2	10	0	0	15
	b) con grasa	(2)	115	230	2	4	5	10	15
leguminosas (2)			120	8	1			20	
alimentos de origen animal (4-6)	a) Muy bajo aporte de grasa	(1)	40	40	1	3	1	0	0
	b) Bajo aporte de grasa	(2)	55	110	1	14	3	6	0
	c) Moderado aporte de grasa		75		7		5		0
	d) Alto aporte de grasa	(1)	100	100	7	7	8	8	0
leche (2)	a) Descremada		95	9			2		12
	b) Semidescremada		110	9			4		12
	c) Entera		150	9			8		12
	d) Con azucar	(1)	200	200	8	8	5	5	30
aceites y grasas (8)	a) Sin proteínas	(3)	45	135	0	0	5	15	0
	b) con proteínas	(1)	70	70	3	3	5	5	3
azucares (2)	a) Sin grasa	(11)	40	40	0	0	0	0	10
	b) con grasa		85		0		5		10
subtotal			1700	63	50				243

ADULTO MAYOR (3)

LUNES (DESAYUNO) "FRESA SMOOTHIE"

Licuar $\frac{1}{2}$ de yogurt griego, 1 taza de leche light, y 5 fresas

(COLACIÓN) "LICUADO DE PLATANO"

1 plátano, 1 taza de leche y 1 cda de crema de cacahuete

(COMIDA) "CALDO DE POLLO"

1 plato de caldo de pollo desmenuado y acompañar con 2 tortillas trituradas en el caldo a punto de papilla

(COLACIÓN) "PERA"

1 pera mantequilla a cucharadas y que se ingiera como papilla

(CENA) "PAPILLA"

Media papilla de chayote hervido con poca sal.

MARTES (DESAYUNO) "PURE DE PAPA"

1 taza de pure de papa con aceite vegetal

(COLACIÓN) "LICUADO PARA EL ESTREÑIMIENTO"

Licuar 1 taza de papaya, 1 cda de linaza y 3 cm de Aloe Vera

(COMIDA) "CALDO DE RES"

1 lta de caldo de res con verduras trituradas

(COLACIÓN) "GELATINA"

1 taza de gelatina light de fresa

(CENA) "ATOLE"

Atole de maizena sabor vainilla (1 taza)

MIÉRCOLES (DESAYUNO) "BOWL DE PLATANO"

Triturar un plátano, con canela en polvo y 1 cda de miel

(COLACIÓN) "JUGO DE ESPINACAS"

1 puño de hojas de espinaca, $\frac{1}{2}$ de pera, 1 lta de agua y licuar con hielo

(COMIDA) "POLLO"

Triturar pollo hervido 40 gr, media chayote y una zanahoria, como papilla

(COLACIÓN) "HELADO"

1 taza de helado de limón

(CENA) "ARROZ CON LECHE"

1 taza de arroz con leche con canela en polvo

JUEVES (DESAYUNO) "PERA SMOOTHIE"

Licuar $\frac{1}{2}$ de yogurt griego, 1 pera mantequilla y agua con miel

(COLACIÓN) "LICUADO VERDE"

1/2 lata de espinacas, 1 lata de apio, 1/4 de pepinos sin semilla, licuado para el estreñimiento

(COMIDA) "CREMA DE CALABAZA"

Heruir y licuar la calabaza con crema y leche deslactosada y ponerlo a cocer en la cacerola con margarina

(COLACIÓN) "GELATINA"

1 lata de gelatina light sabor uva

(CENA) "PAPAYA"

1 lata de papaya con miel a punto de papilla

VIERNES (DESAYUNO) "BOWL DE MANZANA"

Heruir una manzana en 4 partes con canela

(COLACIÓN) "LICUADO"

Licuar media papaya chica, con un plátano y 1 lata de leche deslactosada

(COMIDA) "PAPILLA DE VERDURAS"

Heruir verduras como papa, chayote y zanahoria como si fuese arroz y picarlas en forma de papilla

(COLACIÓN) "PERA"

1 pera mantequilla y darsela al paciente a cucharadas como papilla

(CENA) "TÉ"

Una taza de té verde para el estreñimiento

SABADO (DESAYUNO) "LICUADO DE MELÓN"

Licuar una taza de melón con nuez y leche deslactosada

(COLACIÓN) "GELATINA"

1 taza de gelatina de limón

(COMIDA) "SOPA"

1 taza de sopa de fideos con chayote triturado y calabaza

(COLACIÓN) "HELADO"

1 taza de helado de Nuez

(CENA) "FLAN"

1 Flan o cucharadas, junto con un té verde