



**Mi Universidad**

## **Cálculos**

*Nombre del Alumno: Lizbeth Reyes Ulloa.*

*Nombre del tema: Requerimientos nutricios.*

*Parcial: Cuarto.*

*Nombre de la Materia: Biomatemáticas.*

*Nombre del profesor: Miguel Basilio Robledo.*

*Nombre de la Licenciatura: Medicina humana.*

*Semestre: Segundo*

Utilizar la fórmula de Harris Benedict.

Determinar los requerimientos de un paciente de 35 años de edad con un peso de 80 kg y una talla de 180 cm.

Mujer:  $655 + 9.56 (80 \text{ kg}) + 1.85 (180 \text{ cm}) - 4.18 / (35 \text{ años})$

$655 + 764.8 + 333 - 163.8 = 1589$

ETA= 158.9 (10%)

AF: 158.9 (10%)

GET= 1906.8

<b>1907 kcal</b>	<b>Porcentaje</b>	<b>Kcal</b>	<b>Gramos</b>
<b>Carbohidratos</b>	50%	954	238
<b>Proteinas</b>	17%	324	81
<b>Lipidos</b>	33%	629	70
<b>TOTAL</b>	100%	1907	389

Realizar distribución de macro nutrientes en cuadro dieto sintético.

<b>Grupo alimentario</b>	<b>Numero de racion equivalentes</b>	<b>Carbohidratos (238)</b>	<b>Proteinas (81)</b>	<b>Lipidos (70)</b>
<b>Cereales</b>	8	199	16	0
<b>Leche</b>	1	12	9	8
<b>Leguminosa</b>	1	20	8	1
<b>Verduras</b>	5	20	10	0
<b>Productos de origen animal</b>	5	0	35	25
<b>Lipidos</b>	7	0	0	35
<b>Frutas</b>	3	45	0	0
<b>Accesorios</b>	2	20	0	0
<b>TOTAL</b>	32	236	78	69