



Itzel García Ortiz

L.N. Daniela Monserrat Méndez Guillen

CASO CLINICO

Nutrición

3°

“A”

Comitán de Domínguez Chiapas a 15 de septiembre de 2023.

Historia clínica Resumida- S.O.A.P.

Jazmín Gpe. Ruiz García, femenino de 19 años, soltera, con ocupación estudiantil. Indica poca e intermitente actividad física. Originaria de Las Rosas, actualmente radica en Comitán de Domínguez.

Paciente refiere antecedentes heredofamiliares en línea materna y paterna, en referencia a abuelos maternos con infarto cardiaco (abuela) y cáncer (abuelo); en paternos con infarto cerebral (abuela), en relación a los padres indica madre con obesidad. En antecedentes personales quirúrgicos indica positivo en hospitalarios respecto a dengue el día 27 de septiembre del 2023 y salmonella sin fecha exacta. FCM día 13 de septiembre del 2023. No presenta tratamiento actualmente.

En rutina de vida refiere consumo de alcohol ocasional e indica alergia a Penicilina.

En antropometría se obtienen los siguientes datos, Peso actual de 64.500 kg, Talla de 155 cm., IMC de 26.847 kg/m², C. cadera de 106cm., C cintura de 82cm y C. muñeca de 16cm. No indica análisis bioquímicos. En exploración física presenta ojos, cuello, tiroides y piel en estado aparentemente normal, abdomen con meteorismo, cabello con fácil desprendimiento y tórax con clavículas con asimetría marcada; presenta los siguientes signos vitales F.C. de 74 lpm, F.R. de 18 rpm, T/A de 110/70 mmHg y Temperatura de 36.3°C.

Se indica riesgo cardiovascular y pre obesidad basado en datos antropométricos.

Hábitos alimentarios la paciente refiere buen apetito, con mayor intensidad a las 9:00 am, indica 4 comidas al día; preparadas por ella misma, tiende hacer colaciones generalmente de fruta, yogurt o galletas. Marca modificaciones en su alimentación en cuanto a variación en cantidad y tiempos de comidas, esto generalmente dos semanas al mes debido a actividades escolares. Entre sus alimentos preferidos destaca las frutas, golosinas, café, caréales y leche deslactosada o de soya, no consume carnes rojas, e indica malestar en consumo de lactosa. Generalmente no agrega sal a comidas ya preparadas y utiliza aceite vegetal en sus preparaciones. No indica alergia a ningún alimento aparentemente.

Cálculos

Peso actual:	64.500 kg	C.CI	82 cm	C. m:	16 cm
Talla:	155m	C.Ca:	106 cm	Edad:	19 años

Indicador	Formula		Operación		Resultado
IMC	Peso (kg)	=	64.500kg	=	26.8470 kg/m²
	Talla (m ²)		2.4025 m ²		
Peso Ideal	(23 kg/m ²) (Talla) ²	=	(23 kg/m ²) (2.4025)	=	51.6537
Peso Max.	(24.9 kg/m ²) (Talla) ²	=	(24.9 kg/m ²) (2.4025)	=	59.8222
Peso Min.	(18.5 kg/m ²) (Talla) ²	=	(18.5 kg/m ²) (2.4025)	=	44.4462
Peso meta	(Peso real) (95%)	=	(64.500)(.95)	=	61.275 kg
GEB Total	GEB + ETA + Act. Física	=	1437.4092+ 143.7409+158.1150	=	1739.2651 kcal totales
GEB	655.09 + [9.593 (peso meta kg)] + [1.84 (talla cm)] – [4.676 (edad)]	=			1437.4092 kcal
	655.09 + [9.593 (61.275 kg)] + [1.84 (155cm)] – [4.676 (19años)]				
	655.09 + [585.9632] + [285.2] – [88.844]				
ETA	GEB * 10%		(1437.4092) (.10)		143.7409
Act. física	GEB * 11%		(1437.4092) (.11)		158.1150

DISTRIBUCIÓN NUTRIENTES					
Datos			Distribución (D.N)		
H.C	55-60%	=			60%
LIP	25-30%	=			25%
PROT	10-15%	=			15%
	100%				100%

Formula : [(GET)(D.N)] / Macronutriente (kcal)/ Macronutriente (kcal)	=	Resultado
HC	[(1739.2651) (.60)] = 1043.5590 /4	260.8897 gr
LIP	[(1739.2651) (.25)]=431.8152 /9	48.3128 gr
PROT	[(1739.2651) (.15)]= 65.224 /4	65.224 gr

GRUPO	SUBGRUPO	ENERGIA		PROTEINAS		LIPIDOS		HC		RACIONES
VERDURAS		125	25	10	2	0	0	20	4	5
FRUTAS		240	60	0	0	0	0	60	15	4
CEREALES Y TUBERCULOS	Sin grasa	210	70	6	2	0	0	45	15	3
	Con grasa	345	115	6	2	15	5	45	15	3
LEGUMINOSAS		240	120	16	8	2	1	40	20	2
ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL	Muy bajo aporte de grasas	0	40	0	7	0	1	0	0	0
	Bajo aporte de grasas	55	55	7	7	3	3	0	0	1
	Moderado aporte de grasas	75	75	7	7	5	5	0	0	1
	Alto aporte de grasas	0	100	0	7	0	8	0	0	
LACTEOS	Descremados	95	95	9	9	2	2	12	12	1
	Semidescremados	110	110	9	9	4	4	12	12	1
	Entera	0	150	0	9	0	5	0	12	
	Con azúcar	0	200	0	9	0	5	0	30	
ACEITES Y GRASAS	Sin proteína	0	45	0	0	0	5	0	0	
	Con proteína	140	70	6	3	10	5	6	3	2
AZUCARES	Sin grasa	80	40	0	0	0	0	20	10	2
	Con grasa	0	85	0	0	0	5	0	10	
SUBTOTAL		1715		76		41		260		
TOTAL		1739		65		48		261		

$$IMC = \frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Talla (m}^2)} = \frac{69.500 \text{ kg}}{2.4025 \text{ m}^2} = 26.8470 \text{ kg/m}^2$$

$$\text{Peso Ideal} = (21 \text{ kg/m}^2) (\text{talla})^2 = (21.5) (2.4025) = 51.6537$$

$$\text{Peso Max} = (24.9 \text{ kg/m}^2) (\text{talla})^2 = (24.9) (2.4025) = 59.8222$$

$$\text{Peso Min} = (18.5 \text{ kg/m}^2) (\text{talla})^2 = (18.5) (2.4025) = 44.4462$$

$$\text{Peso meta: Peso real } \times 95\% = 61.275$$

$$GE_{\text{Total}} = GE_B \oplus ETA \oplus \begin{cases} \text{Act. Física} \\ \text{Estrés Fisiológico} \end{cases}$$

$$GE_B = 1437.4092$$

$$ETA = 143.7409$$

$$\text{Act. Fi} = 158.1150$$

$$\oplus \quad \underline{\underline{1739.2651}} \text{ kcal totales}$$

$$GE_B = 655.09 \oplus [9.563 \times \text{peso (kg)}] \oplus [1.84 \times \text{talla (cm)}] \ominus (4.676 \times \text{Edad})$$

$$GE_B = 655.09 \oplus [9.563 \times 61.275] \oplus [1.84 \times 155] \ominus (4.676 \times 19)$$

$$GE_B = 655.09 \oplus 585.9632 \oplus 285.2 \ominus 88.844$$

$$GE_B = 1526.2532 \ominus 88.844 = \underline{\underline{1437.4092}}$$

$$ETA_{10\%} = GE_B \times 10\% = 1437.4092 \times .10 = \underline{\underline{143.7409}}$$

$$\text{Act. Física} = GE_B \times 11\% = 1437.4092 \times .11 = \underline{\underline{158.1150}}$$

Distribución Nutrientes - Macronutrientes

$$HC = 55-60\% \rightarrow 60\% =$$

$$LIP = 25-30\% \rightarrow 25\% =$$

$$\text{PROT} = \underline{\underline{10-15\%}} \rightarrow 15\% =$$

100%

$$\left[(GE) (D.N) \right] \div \begin{matrix} 4 - HC \\ 9 - LIP \\ 4 - PROT \end{matrix}$$

$$HC = (1739.2651 \times .60) = 1043.5590 \div 4 = 260.8897 \text{ gr}$$

$$LIP = (1739.2651 \times .25) = 434.8152 \div 9 = 48.3128 \text{ gr}$$

$$PROT = (1739.2651 \times .15) = 260.8897 \div 4 = 65.2224 \text{ gr}$$

Jazmin Gpe. Ruiz García

GRUPO	SUBGRUPO	ENERGIA	PROTEINAS	LIPIDOS	HC	RAC
VERDURAS		125	10	0	20	4
FRUTAS		240	0	0	60	15
CEREALES Y TUBERCULOS	Sin grasa	210	6	0	45	15
	Con grasa	345	6	5	45	15
LEGUMINOSAS		240	16	1	40	20
	Muy bajo aporte de grasas	40	7	1	0	0
	Bajo aporte de grasas	55	7	3	0	0
	Moderado aporte de grasas	75	7	5	0	1
	Alto aporte de grasas	100	7	8	0	0
	Descremados	95	9	2	12	12
	Semidescremados	110	9	4	12	12
	Entera	150	9	5	12	12
	Con azúcar	200	9	5	30	30
	Sin proteina	45	0	5	0	0
	Con proteina	70	3	5	6	3
	Sin grasa	40	0	0	20	10
	Con grasa	85	0	5	10	10
SUBTOTAL		1715	76	41	260	281
TOTAL		1739	65	48		