



CESAR FELIPE MORALES SOLIS

**LIC. DANIELA MONSERRAT MENDEZ
GUILLEN**

PLATAFORMA

NUTRICIÓN

3

A

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chiapas a 14 de OCTUBRE de 2023.

Paciente Odalis Guadalupe García López femenino estudiante de 19 años de edad acude a consulta para un control dietético debido a su padecimiento actual, que refiere Diabetes mellitus tipo II.

Niega antecedentes infartos cardiacos, niega infartos cerebrales, niega hipertensión, niega canceres y sin antecedentes de adicciones, obesidad, alergias e insuficiencia renal y confirma antecedentes de diabetes referido a su abuelo paterno.

A fecha del 2013 refirió antecedentes de crisis epilépticas. Sin antecedentes quirúrgicos, sin antecedentes traumatológicos y refiere hospitalizaciones.

Refiere datos gineco-obstétricos como menarca con fecha de 20/09/13 y con fecha de FUR de 21/09/23, niega embarazos y abortos.

Niega adicciones (alcohol y tabaco) con reacción alérgica a los corticoesteroides, sin consumo de suplemento alimenticio

Datos antropométricos del paciente.

- Peso actual: 50 kg.
- Talla: 155 cm.
- IMC: 20.81
- C. cintura: 70 cm.
- C. cadera: 93cm
- C. muñeca: 14 cm
- C. cefálica: 51 cm.

Signos vitales del paciente:

- Pulso: 96 Lpm.
- F. R: 21 Rpm.
- T/A: 90-70 mmhg.
- F.C: 85 Lpm.
- Temperatura: 36.4°.

Se refiere en la exploración física que el paciente presenta escasez en el cabello con tonalidades rojizas y doradas, ondulado. Ojos simétricos de color marrón oscuro, cuello simétrico, a la palpación se confirma que la glándula tiroidea esta normal sin ningún bultó, con un tórax simétrico. Sin anomalías en el abdomen, Presenta palidez y pigmentación amarilla en la piel. A la auscultación no indica ninguna anomalía en ruidos o sonidos respiratorios. En la palpación abdomen no se refiere ninguna anomalía.

Análisis:

La paciente de 19 años de edad presenta un IMC dentro de los parámetros normales y esta 1.65 kg debajo de su peso ideal. Presenta medidas normales de cintura (70cm), cadera (93cm), muñeca (14cm) y cefálico (51cm). Durante la toma de signos vitales obtuvimos una Fc de 85 lpm normal, una temperatura de 36.4 normal un pulso de 96 lpm, una presión arterial baja de 90-70 mmhg y una frecuencia respiratoria de 21 Rpm. La paciente presenta escasez de cabello lo que podría indicar deficiencia de proteína y biotina, tambien presenta palidez y pigmentación amarilla en la piel lo que podría indicar deficiencia de hierro y un exceso de beta carotenos

César Felipe Morales Solís

Peso: 50 kg

Talla: 1.55 m

Ci. Cintura: 70 cm

Ci. Cadera: 93 cm

Ci. Muñeca: 14 cm

Nombre: Odalis Guadalupe

Edad: 19

$$\text{IMC: } \frac{50 \text{ kg}}{(1.55)^2} = \frac{50 \text{ kg}}{2.4025} = 20.8116 \text{ kg/m}^2$$

$$\text{Peso ideal} = 21.5 \text{ kg/m}^2 \times 1.55^2 = 51.65 \text{ kg}$$

$$\text{Peso máximo} = 24.99 \text{ kg/m}^2 \times 1.55^2 = 60.03 \text{ kg}$$

$$\text{Peso mínimo} = 18.99 \text{ kg/m}^2 \times 1.55^2 = 45.62 \text{ kg}$$

$$\text{Peso meta} = 50 \text{ kg} \times 0.95 = 47.5 \text{ kg}$$

$$2. - 47.5 \text{ kg} \times 0.95 = 45.125$$

$$3. - 45.125 \text{ kg} \times 0.95 = 42.868$$

Completar su
peso meta
50-51

kg

$$GEB = 665,09 + [9,5(3) \times 51.65kg] + [1,84 \times 155cm] - (4(76,19))$$

$$665,09 + [493.9289] + [285.2] - 88.849$$

$$GEB = 1,533.0629$$

$$SET = 1,533.0629 \times 0.10 \times 0.10$$

$$153.30629 + 153.30629 = 306.61258$$

$$SET = 1839.6754$$

Distribucion de alimentacion

$$HC = 50-60 \quad 59\% \times 1839.6754 = 1,085.4089 \approx 97271.3521$$

$$LIP = 25-30 \quad 26\% \quad = 478.3156 + 9 = 53.1461$$

$$Prot = 10-15 \quad 18\% \quad = 331.21915 + 9 = 83.7853$$

$$HC = 271.3521$$

$$LIP = 53.1461$$

$$Prot = 83.7853$$

GRUPO	SUBGRUPO	ENERGIA	PROTEINAS	LIPIDOS	HC	RACIONES				
VERDURAS		100	25	8	2	0	0	16	4	4
FRUTAS		240	60	0	0	0	0	60	15	4
RAÍCES Y TUBERCULOSAS	Sin grasa	280	70	8	2	0	0	60	15	4
	Con grasa	230	115	4	2	10	5	30	15	2
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	
	Bajo aporte de grasas	0	55	0	7	0	3	0	0	
	Moderado aporte de grasas	225	75	21	7	15	5	0	0	3
	Alto aporte de grasas	0	100	0	7	0	8	0	0	
LACTEOS	Descremados	190	95	18	9	4	2	24	12	2
	Semidescremados	0	110	0	9	0	4	0	12	
	Entera	0	150	0	9	0	5	0	12	
	Con azúcar	200	200	9	9	5	5	30	30	1
ACEITES Y GRASAS	Sin proteína	180	45	0	0	20	5	0	0	4
	Con proteína	0	70	0	3	0	5	0	3	
AZUCARES	Sin grasa	40	40	0	0	0	0	10	10	1
	Con grasa	0	85	0	0	0	5	0	10	
SUBTOTAL		1925		84		56		270		
TOTAL	1840		1840		84		53		271	