



Jazmín Guadalupe Ruiz García

Lic. Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nutrición

PASIÓN POR EDUCAR

Caso clínico

3 “A”

Comitán de Domínguez Chiapas a 15 de octubre de 2023

Presentación del paciente

Ficha de identificación

Nombre: Itzel García Ortiz

Edad: 25 años

Sexo: Femenino

Ocupación: Estudiante

Edo. Civil: Soltero

Teléfono: 9983546158

Domicilio: Av. Central N.141, Cruz Grande, Comitán de Domínguez Chiapas.

Motivo de consulta: Constipación intestinal

Subjetivo

La paciente acude a consulta por malestar estomacal refiere tener evacuaciones tres veces por semana, con antecedentes quirúrgicos debido a una apendicitis y antecedentes hospitalarios por brucelosis, presenta consumo de tabaco y alcohol ocasionalmente, niega alergias a medicamentos y alimentos, consume suplementos alimenticios como el complejo B, no realiza actividad física. En el historial familiar se destaca diabetes en padre e hipertensión de parte de sus abuelas paterna y materna.

Realiza 5 comidas al día, entre ellas 2 colaciones, refiere que sus alimentos favoritos son las quesadillas, café y pan, y los alimentos que no le agradan es el pescado, al igual los que es intolerante a la lactosa.

Objetivo

a) Antropometría

La paciente tiene un peso actual: 62.600 kg con una talla de 1.53 cm, al realizar el cálculo de IMC presenta sobre peso, con un índice de masa corporal de 26.7418 kg/m² ya que su peso sobrepasa a su peso ideal.

Medidas antropométricas

Peso: 62.600 kg

Talla: 1.66 cm

C.Cadera: 101.5 cm

C. Cintura: 86 cm

C. Muñeca: 15.5

IMC: 26.741 kg/m²

b) Exploración física

En la toma de signos vitales se observa un pulso de 68 ppm, FR. de 18 rpm, T/A de 110/80 mmHg, una temperatura de 36 °C y una FC de 82 lpm.

A la exploración física se encuentra facies tranquila, piel con coloración normal, no hay descamación ni lesiones; cabello grueso, liso, flexible y de fácil desprendimiento; cuello sin adenomegalias, tórax normolineo, movimientos de amplexion simétricos; ojos normales; en la región torácica se encuentra dentro de lo normal, tiene un abdomen globoso a expensas de tejido adiposo con metiorismo a la percusión.

Miembros superiores e inferiores se encuentran dentro de lo normal.

d) Calculo, GEB, GET, distribución de nutrientes, cuadro dietético sintético.

$$IMC = \frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Talla (m)}^2} = \frac{62.600}{2.3409} = 26.7418 \text{ Kg/m}^2$$

$$\text{Peso ideal} = (21.5 \text{ Kg/m}^2) (\text{talla})^2 = (21.5 \text{ Kg/m}^2) (2.3409) = 50.3293$$

$$\text{Peso máximo} = (24.9 \text{ Kg/m}^2) (\text{talla})^2 = (24.9 \text{ Kg/m}^2) (2.3409) = 58.2884$$

$$\text{Peso mínimo} = (18.5 \text{ Kg/m}^2) (\text{talla})^2 = (18.5 \text{ Kg/m}^2) (2.3409) = 43.3066.$$

$$\text{Peso meta: peso real} \times 95\% = 62.600 \times 95\% = 59.47.$$

$$\text{GET total: GEB} \oplus \text{ETA} \oplus \begin{cases} \text{Act. físico} \\ \text{Estrés fisiológico.} \end{cases}$$

$$\text{GEB} = 1109.716$$

$$\text{ETA} = 110.9716$$

$$\text{Act físico} = 110.9716$$

$$1331.6592 \text{ Kcal totales.}$$

$$\begin{aligned} \text{GEB} &= 655.09 + [9.563 \times \text{peso (kg)}] + [1.84 \times \text{talla (cm)}] - [4.676 \times \text{edad}] \\ &= 655.09 + [9.563 \times 59.47] + [1.84 \times 1.53] - (4.676 \times 25) \\ &= 655.09 + [568.711] + [2.8152] - (116.9) \\ &= 655.09 + 568.711 + 2.8152 - 116.9 = 1109.716 \text{ Kcal} \end{aligned}$$

$$\text{ETA } 10\% = \text{GEB} \otimes .10\% = 1109.716 \times .10 = 110.9716$$

$$\text{Act. física} = \text{GEB} \otimes .10\% = 1109.716 \times .10 = 110.9716$$

Distribución de nutrientes - macronutrientes

$$\text{Hc} = 55 - 60\% \quad 60$$

$$\text{Lip} = 25 - 30\% \quad 25$$

$$\text{Prot} = 10 - 15\% \quad 15$$

$$\left. \begin{array}{l} 60 \\ 25 \\ 15 \end{array} \right\} \text{ [GET] (D.N)} \div \begin{array}{l} 4 \text{ Hc} \\ 9 \text{ Lip} \\ 4 \text{ Prot} \end{array}$$

$$\text{Hc} = (1331.6592 \otimes .60) = 798.9955 \div 4 = 199.748 \text{ gr}$$

$$\text{Lip} = (1331.6592 \otimes .25) = 332.9148 \div 9 = 36.990 \text{ gr}$$

$$\text{Prot} = (1331.6592 \otimes .15) = 199.7488 \div 4 = 49.937 \text{ gr}$$

in

GRUPO	SUBGRUPO		ENERGIA	PROTEINAS			LIPIDOS		HC	RACIONES
VERDURAS		125	25	10	2	0	0	20	4	5
FRUTAS		120	60	0	0	0	0	30	15	2
CEREALES Y TUBERCULOS	Sin grasa	280	70	8	2	0	0	60	15	4
	Con grasa	230	115	4	2	10	5	30	15	2
LEGUMINOSAS		120	120	8	8	1	1	20	20	1
ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL	Muy bajo aporte de grasas	40	40	7	7	1	1	0	0	1
	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		100		7		8		0	
LACTEOS	Descremados	95	95	9	9	2	2	12	12	1
	Semidescremados		110		9		4		12	
	Entera		150		9		5		12	
	Con azúcar		200		9		5		30	
ACEITES Y GRASAS	Sin proteína	90	45	0	0	10	5	0	0	2
	Con proteína	70	70	3	3	5	5	3	3	1
AZUCARES	Sin grasa	40	40	0	0	0	0	10	10	1
	Con grasa		85		0		5		10	
SUBTOTAL			1340		63		37		185	
TOTAL			1332		50		37		200	

Interpretación del ABCD

Según los datos recabados la paciente con un IMC de 26.7418 kg/m² presenta un sobre peso ya que sobre pasa su IMC, teniendo como peso mínimo de 43.306 kg, un peso máximo de 58.288 kg y un peso ideal de 50.329 kg.

En la exploración física sin anomalías, sin observaciones importantes, el paciente tiene un abdomen globoso a expensas de tejido adiposo y con meteorismo.

Se prescribe una dieta de 1332 kcal totales