



Carlos Alberto Hernández Meza

**LIC. MENDEZ GUILLEN DANIELA
MONSERRAT**

Nutrición

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 3

Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas a

Centro Universitario del Sur. Licenciatura en psicología
Psicoterapia de Adultos
REPORTE SOAP
 Notas de progreso

Nombre: Axel Leon Lopez	Edad: 21	Responsable:
Sesión: <input checked="" type="checkbox"/> Individual <input type="checkbox"/> Familiar <input type="checkbox"/> Pareja	Fecha: 11/00/23	Hora: 14:30
		No. Sesión: 1

S (subjetivo)	El pte, no fuma, ni toma, Realiza deporte 6 veces por semana, 2 hr diarios, de padre hipertenso, de hábitos alimenticios Regulares
O (objetivo)	Pso: 68 kg FR: 20x P _{min} = 51.43 kg ETA: 164.902 tall: 1.67 cm FC: 85' P _{max} = 69.47 kg AF: 164.902 CC: 85 cm Tem: 36.5° P _{met} = 64.6 Cca: 92 cm P/A: 110/70 mmHg GEB = 1649.08 cm: 17 cm Ex. fu: normal GET = 1978.824
A (análisis)	Se encuentra en un Pso corporal con un gasto energético total 1978.824, Valores normales de IMC, no presenta diabetes
P (plan)	

disculpe Lic. No me salía mi tablita o no se si estoy bien :c

1.435 20

GRUPO	SUBGRUPO	ENERGIA	PROTEINAS	LIPIDOS	HC	RACIONES				
VERDURAS		45	25	6	2	0	0	12	4	3
FRUTAS		180	60	0	0	0	0	45	15	3
ALES Y TUBERC	Sin grasa	490	70	14	2	0	0	120	15	2
	Con grasa	115	115	2	2	5	5	15	15	1
LEGUMINOSAS		170	120	8	8	7	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	100	7	7	8	8	0	0	1
LACTEOS	Descremados	190	95	18	9	4	2	24	12	2
	Semidescremados	220	110	13	9	8	4	2	12	1
	Entera		150		9		5		12	
	Con azúcar		200		9		5		30	
CEITES Y GRASA	Sin proteína	135	45	0	0	15	5	0	0	3
	Con proteína		70		3		5		3	
AZUCARES	Sin grasa	80	40	0	0	0	0	10	10	2
	Con grasa		85		0		5		10	
SUBTOTAL		1655	1640.00	76	74.2059	42	55	246	272	
TOTAL										

Tetania Calcio y magnesio