



Adriana Itzel Gallegos Gómez.

**Lic. Daniela Monserrat Mendez
Guillen.**

Caso clínico.

Nutrición.

3er semestre.

“B”.

Comitán de Domínguez Chiapas a 14 de octubre de 2023.

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

Nombre: Esmeralda Jimenez Jimenez	Edad: 19	Responsable:
Sesión: <input checked="" type="checkbox"/> Individual <input type="checkbox"/> Familiar <input type="checkbox"/> Pareja	Fecha: 11-10-2023	Hora: 01:35 pm
		No. Sesión: 1

S
(subjetivo)
 Paciente no presenta ningun antecedente heredo-familiar.

O (objetivo)	A Peso = 51kg IMC = 23.28 Talla = 1.48 P1 = 47.08kg CC = 71cm Pmax = 54.72kg Cca = 53cm Pmin = 40.91kg Gluteo = 97cm Pmeta = 48.15 Cm = 14cm	B	C pulso = 80 pxm FA = 14 vxp T.A = 110/70 Temp = 36°C	D GEB = 130.18933 ETA = 130.1893 AF = 1041.5146 GET = 2473.5972
------------------------	--	----------	--	--

A
(análisis)
 Nuestra paciente tiene un peso de 51 kg, se encuentra en estado normal ya que tiene un IMC de 23.28.

P
(plan)
 El objetivo es que lo px este en un mismo rango de peso ya que menciona no querer subir de peso, se le da un 55% de HC, 30% lip y prot 15%, se anexa la tabla con los valores correspondien HD y distribuidos.

Esmeralda Jimenez

Peso = 51 kg Talla = 1.48 cm IMC = 23.28 Edad: 19 años

$$IMC = \frac{\text{Peso (kg)}}{\text{Talla (cm)}^2} = \frac{51 \text{ kg}}{(1.48)^2} = \frac{51 \text{ kg}}{2.19} = 23.28$$

$$P1 = 21.5 \times (\text{talla})^2 = 21.5 \times 2.19 = 47.08 \text{ kg}$$

$$P_{\text{Max}} = (24.99 \text{ kg/m}^2) (\text{talla})^2 = (24.99 \text{ kg/m}^2) (2.19) = 54.72 \text{ kg}$$

$$P_{\text{min}} = (18.5 \text{ kg/m}^2) (\text{talla})^2 = (18.5 \text{ kg/m}^2) (2.19) = 40.51 \text{ kg}$$

Peso meta: peso real $\times 0.95$.

$$P.M. = (51 \text{ kg}) (0.95) = 48.45 \text{ kg}$$

$$P.M. = (48.45) (0.95) = 46 \text{ kg}$$

$$P.M. = (46) (0.95) = 47.7 \text{ kg}$$

$$GEB_m = 655.09 + [9.563 \times \text{peso (kg)}] + [1.84 \times \text{talla (cm)}] - (4.676 \times \text{edad})$$

$$GEB_m = 655.09 + [9.563 \times 48.45 \text{ kg}] + [1.84 \times 148 \text{ cm}] - (4.676 \times 19)$$

$$GEB_m = 655.09 + 463.3273 + 272.32 - 88.844$$

$$GEB_m = 1301.8933$$

$$ETA = GEB \times 0.10 = 1301.8933 \times 0.10$$

$$ETA = 130.1893$$

$$AF = \text{Sedentario} = 8\% = 0.8 \times 1301.8933 \quad AF = 1041.5146$$

$$GET = GEB + ETA + AF \quad \text{IEF}$$

$$GET = 1301.8933 + 130.1893 + 1041.5146$$

$$GET = 2473.5972$$

Distribución macronutrientes.

HC (Carbohidratos) = 55-60%

HC = 55%

Lip (Lípidos) = 25-30%

Lip = 30%

Prot (proteínas) = 10-15%

Prot = 15%

100%

100%

② Para convertir a gramos:

HC = $2473.5972 \times 0.55 = 1360.4784 / 4 \text{ kcal} = 340.1196 \text{ grs}$

Lip = $2473.5972 \times 0.30 = 742.0991 / 9 \text{ kcal} = 82.4532 \text{ grs}$

Prot = $2473.5972 \times 0.15 = 371.0395 / 4 \text{ kcal} = 92.7598 \text{ grs}$

Grupo de alimentos:

Verduras: 3-5 EA

Frutas: 2-4 EA

Cereales y tubérculos: 6-11 EA

Leguminosas: 1-2 EA

Alimentos de origen animal: 2-4 EA

Leche: 1-3 EA

Aceites y grasas: hasta 8 EA

Azúcares: hasta 2.

Esmeraldo Jimenez Jimenez.

GRUPO	SUBGRUPO	ENERGIA	PROTEINAS	LIPIDOS	HC	RACIONES
VERDURAS		125	10	0	4	5
FRUTAS		240	0	0	15	4
ALAS Y TUBERC	Sin grasa	560	16	0	15	8
	Con grasa	315	6	15	15	3
LEGUMINOSAS		240	16	2	20	2
	Muy bajo aporte de grasas	0	0	1	0	0
ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL	Bajo aporte de grasas	55	7	3	0	1
	Moderado aporte de grasas	0	0	0	0	0
	Alto aporte de grasas	0	0	0	0	0
	Descremados	95	9	2	12	1
LACTEOS	Semidescremados	110	9	4	12	1
	Entera	0	0	0	12	0
	Con azúcar	0	0	0	30	0
CEITES Y GRASAS	Sin proteína	180	0	20	0	4
	Con proteína	420	18	30	3	6
AZUCARES	Sin grasa	0	0	0	10	0
	Con grasa	85	0	5	10	1
SUBTOTAL		2455 Kcal	91 grs	81 grs	337 grs	
TOTAL		2474 Kcal	93 grs	82 grs	340 grs	