



Nombre del alumno: Axel Adnert León López

Nombre del profesor:

mendez guillen daniela monserrat

Nombre del trabajo: ejercicios de clase

Materia: nutrición

Grado: 3ro

Grupo: B

Comitán de Domínguez Chiapas a 12 de septiembre de 2018.

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

Nombre: Claudia Patricia Abarca Jimenez

Edad: 19

Responsable:

Sesión: Individual Familiar Pareja

Fecha: 11/10/23

Hora: 1:39 PM.

No. Sesión: 7va

<p>S (subjetivo)</p>	<p>El paciente refiere no consume alcohol, sin tabaquismo, refiere alergia a la aspirina, uso frecuente de suplementos, se levanta 2 hrs cinco días x semana y no lleva tratamiento nutricional.</p>																				
<p>O (objetivo)</p>	<table border="0"> <tr> <td>Peso actual: 44 kg</td> <td>IMC: 19.67</td> <td>FR: 14</td> <td>GEB: 1415.55</td> </tr> <tr> <td>talla: 1.58</td> <td>PI = 53.53</td> <td>FC: 80</td> <td>GEBT: 1699.61</td> </tr> <tr> <td>cc: 69 cm</td> <td>Pmax = 62.22</td> <td>Tem: 37°</td> <td></td> </tr> <tr> <td>cra: 97 cm</td> <td>Pmin = 46.06</td> <td>PIA: 110/80</td> <td></td> </tr> <tr> <td>LM: 20 cm</td> <td>Pmeda = 46.55</td> <td>EF:</td> <td></td> </tr> </table>	Peso actual: 44 kg	IMC: 19.67	FR: 14	GEB: 1415.55	talla: 1.58	PI = 53.53	FC: 80	GEBT: 1699.61	cc: 69 cm	Pmax = 62.22	Tem: 37°		cra: 97 cm	Pmin = 46.06	PIA: 110/80		LM: 20 cm	Pmeda = 46.55	EF:	
Peso actual: 44 kg	IMC: 19.67	FR: 14	GEB: 1415.55																		
talla: 1.58	PI = 53.53	FC: 80	GEBT: 1699.61																		
cc: 69 cm	Pmax = 62.22	Tem: 37°																			
cra: 97 cm	Pmin = 46.06	PIA: 110/80																			
LM: 20 cm	Pmeda = 46.55	EF:																			
<p>A (análisis)</p>	<p>La paciente tiene un peso ideal, en base a su talla, teniendo un correcto IMC, con unos correctos números clínicos como la FR, FC, Tem, PIA y un gasto energético basal de 1415</p>																				
<p>P (plan)</p>	<p>una dieta rica en carbohidratos, Proteínas y moderada en lípidos.</p>																				

GRUPO	SUBGRUPO	ENERGIA	PROTEINAS	LIPIDOS	HC	RACIONES
VERDURAS		100	8	0	4	4
FRUTAS		180	0	0	15	3
ALES Y TUBERC	Sin grasa	490	14	0	15	7
	Con grasa	460	8	5	15	4
LEGUMINOSAS		200	16	1	20	2
ALIMENTOS DE ORIGEN ANIMAL	Muy bajo aporte de grasas	40	7	1	0	7
	Bajo aporte de grasas	55	7	3	0	7
	Moderado aporte de grasas	75	7	5	0	1
	Alto aporte de grasas	100	7	8	0	1
	Descremados	190	18	4	12	2
LACTEOS	Semidescremados	110	9	4	12	
	Entera	150	9	5	12	
	Con azúcar	200	9	5	30	
ACEITES Y GRASAS	Sin proteina	190	0	20	0	4
	Con proteina	750	17	20	3	4
AZUCARES	Sin grasa	40	0	0	10	
	Con grasa	85	0	5	10	
SUBTOTAL		2350	104	3		
TOTAL		1652.964	246	50	62	

GRUPO	SUBGRUPO	ENERGIA	PROTEINAS	LIPIDOS	HC	RACIONES
VERDURAS		75	6	0	4	2
FRUTAS		18	0	0	15	3
OLEOS Y TUBERC	Sin grasa	4	17	0	15	6
	Con grasa	160	2	5	15	4
LEGUMINOSAS		350	24	1	20	3
	Muy bajo aporte de grasas	40	7	1	0	1
	Bajo aporte de grasas	55	7	3	0	1
	Moderado aporte de grasas	75	7	5	0	2
	Alto aporte de grasas	100	7	8	0	1
	Descremados	95	9	2	12	2
	Semidescremados	110	9	4	12	
	Entera	150	9	5	12	
	Con azúcar	200	9	5	30	
	Sin proteína	45	0	5	0	4
	Con proteína	70	3	5	3	4
	Sin grasa	40	0	0	10	
	Con grasa	85	0	5	10	
SUBTOTAL		1698.61	117	89	243	
TOTAL		1600	63	51	303	

Historia clínica

Fecha: 04/10/23

Ficha de identificación:

Nombre: Claudia Patricia Abarca Jimenez

Edad: 19 Sexo: F

Ocupación: Estudiante

Edo. Civil: Casada

Domicilio: Fracc. Arboledas, manzana 7, lote 2.

Teléfono: 963 283 4446

Entidad Federativa: Comitán, Chiapas

Motivo de consulta: Nauseas, dolor de cabeza, dolor de piernas.

Padecimiento actual:

Hipertensión

Antecedentes heredofamiliares:

Padre Madre Otro

Padre Madre Otro

Infartos cardiacos: NO

Hipertensión: NO

Infartos cerebrales: NO

Cáncer: NO

Adicciones: NO Obesidad: SI

Alergias: SI

Insuficiencia Renal: NO

Diabetes: NO

Antecedentes personales patológicos:

Fecha: 04/10/23

Motivo:

Quirúrgicos:

Traumatológicos:

Hospitalarios:

Gineco-obstétricos: Menarca: 9 años Menopausia:

FUR: 29/09 N.de embarazos: 0

Edad de último hijo: _____

tiempo de lactación _____

Medicamentos de control (actual): _____

ANTROPOMETRÍA

Peso Actual: 40 Kg.

Talla: 1.58.

IMC: 19.67

C.Cadera: 89 cm, C.Cintura: 65 cm

C.Muñeca: 14 cm

COMPLEXION:

%GRASA:

MÉTODO DIETÉTICO

Hábitos alimentarios:

Cuántas comidas hace al día: 3

Quién prepara sus alimentos Mamá

Come entre comidas? Si Qué? Cereales y frutas

Ha modificado su alimentación en los últimos 6 meses (trabajo, estudio, o actividad)

SI NO Por qué? Tiempo Cómo? Frecuencia de comidas

Apetito: Bueno Malo Regular

A qué hora tiene más hambre 8:00 PM.

Alimentos preferidos: sushi, Hamburguesas, calabaza

Alimentos que no le agradan / no acostumbra: cebolla, pepino, bizcocho

Alimentos que le causan malestar (especificar):

Es alérgico a algún alimento: SI NO cuál? Camaron

Su consumo varía cuando está triste, nervioso o ansioso: SI NO Cómo?

Disminución del apetito.

Agrega sal a la comida ya preparada: SI NO

Qué grasa utilizan en casa para preparar su comida:

Margarina Aceite vegetal Manteca Mantequilla Otros

Desayuno:		Hora:	Lugar De Consumo: Casa
Alimento		Cantidad	
Quesadillas	7:00 AM.	4	
Colación:		Hora:	Lugar De Consumo: Escuela.
Alimento		Cantidad	
Sabrita	10:00 AM.	1..	
Comida:		Hora:	Lugar De Consumo: Casa.
Alimento		Cantidad	
Pollo a la plancha, verdoras al vapor, Pasta.	3:00 PM.	1 pieza pollo u verdoras	
Colación:		Hora:	Lugar De Consumo: Calle.
Alimento		Cantidad	
Pasta Maltada	7:00 PM	1..	
Cena:		Hora:	Lugar De Consumo: Casa.

Sandwich y
Cafe.

9:00 PM 1..