



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CAMPUS COMITAN DE DOMINGUEZ, CHIAPAS

LIC MEDICINA HUMANA



MATERIA; CRECIMIENTO Y DESARROLLO

CATEDRATICA: LIC NUTRICION DANIELA MONSERRAT

MENDEZ GUILLEN

TEMA:

NUTRICION SOAP

GET Y GEB

ALUMNO: PABLO ADOLFO JIMENEZ VAZQUEZ

SOAP

Nombre: Leonardo

Apellido: López Roque

Edad: 19 años

S) Se trata de usuario masculino de 19 años con palidez de tegumentos se encuentra con palidez de tegumentos con abdomen blando, depresible, extremidades inferiores en tamaño y forma de acuerdo a edad y sexo

O) En la exploración física, inspección se encuentra deformidad de cintura escapular edema abdominal e informa dolor al ingerir alimentos a la palpación se encuentra crepitación, dolor movilidad.

Exploración radiológica en proyección AP se observa un trazo diafragmático así como escoliosis por carga en su trabajo

A) De acuerdo a la exploración física en la espalda baja ya que tiene escoliosis por lo cual debe bajar el peso y comer sus kcal así como colitis crónica agudizada

DIAGNOSTICO: COLECISTITIS CRONICA AGUDAS + ESCOLEOSIS

ANTROPOMETRIA VALORADA A USUARIO

P) PESO: 81 KILOS

ALTURA: 170 CM

CINTURA: 99

CADERA: 100

MUÑECA: 18

CABEZA: 36

CALCULO FORMULA MIFFLIN

PESO IDEAL

$$\text{IMC} = 81/1.70 = 47.6$$

$$\text{PI} = 47.6$$

PESO MAXIMO

$$(\text{ALTURA X ALTURA}) \times 25$$

$$1.70 \times 1.70 \times 25 = 72.25$$

PESO MINIMO

$$1.70 \times 1.70 \times 21 = 60.69$$

GET

$$F = 10 \times \text{PESO EN KG} + 6.25 \times \text{ALTURA} - 5 \times \text{EDAD} - 161$$

$$10 \times 81 + 6.25 \times 170 - 5 \times 19 - 161 = 1,616.5 \text{ KCAL}$$

$$\text{HC} = 57\% \quad 1,616.5 \text{ Kcal} \times .57 = 921.405$$

$$\text{LIP} = 29\% \quad 1,616.5 \text{ kcal} \times .29 = 468.785$$

$$\text{PROT} = 14 \quad 1,616.5 \text{ kcal} \times .14 = 226.31$$

Grupo en el Sistema de Equivalentes	Subgrupos	Energía	Proteína (g)	Lípidos (g)	Hidratos de Carbono (g)	Conteo de Hidratos de carbono
Verduras		25 *	2	0	3	0.3
Frutas		60	0	0	15	1
Cereales y tubérculos	a. Sin grasa	70	2	0	15	1
	b. Con grasa	115	2	5	15	1
Leguminosas		120	8	1	20	1.3
Alimentos de origen animal	a. Muy bajo aporte de grasa	40	7	1	0	0
	b. Bajo aporte de grasa	55	7	3	0	0
	c. Moderado aporte de grasa	75	7	5	0	0
	d. Alto aporte de grasa	100	7	8	0	0
Leche	a. Descremada	95	9	2	12	0.8
	b. Semidescremada	110	9	4	12	0.8
	c. Entera	150	9	8	12	0.8
	d. Con azúcar	200	8	5	30	2
Aceites y Grasas	a. Sin proteína	45	0	5	0	0
	b. Con proteína	70	3	5	3	0.2
Azúcares	a. Sin grasa	40	0	0	10	0.7
	b. Con grasa	85	0	5	10	0.7
Alimentos libres en energía		0	0	0	0	0
Bebidas alcohólicas		140	0	0	20 alcohol	1.3

Menú semanal para una dieta de 1600 Kcal diarias

1) Lunes

- **Desayuno:** Café con leche semidesnatada y 2 tostadas con tomate rallado y aceite
- **Media mañana:** 1 naranja
- **Comida:** Garbanzos con setas de temporada
- **Merienda:** 1 yogur desnatado
- **Cena:** Merluza en salsa verde con almejas y gambas

2) Martes

- **Desayuno:** Cereales y leche semidesnatada. Zumo de naranja natural
- **Media mañana:** Sándwich de pavo
- **Comida:** Alcachofas a la montillana con jamón
- **Merienda:** Café con leche semidesnatada
- **Cena:** Judías verdes en salsa de tomate

3) Miércoles

- **Desayuno:** Té y dos tostadas con mantequilla light
- **Media mañana:** 1 manzana
- **Comida:** Calamares en salsa
- **Merienda:** Queso fresco desnatado
- **Cena:** Crema de calabacín
- **Cena:** Verduras salteadas a la provenzal