



Mi Universidad

Cuadro dietosintético y distribución de requerimientos

Nombre del Alumno: Andi Saydiel Gómez Aguilar

Nombre del tema: Calculo de requerimientos nutricios

Parcial: II

Nombre de la Materia: Biomatemáticas

Nombre del profesor: Dr. Miguel Basilio Robledo

*Nombre de la Licenciatura: **Licenciatura en Medicina Humana.***

Semestre: II

Lugar y Fecha de elaboración: Tapachula, Chiapas a 24 de Abril del 2024

CUADRO DIETOSINTETICO Y DISTRIBUCION DE REQUERIMIENTOS

Datos:

1 gramo de Proteína 4 Kcal

1 gramo de Lípidos 9 Kcal

1 gramo Carbohidratos 4 Kcal

Requerimiento energético total: 2000 kcal

Peso: 82 kg

NUTRIMENTOS	%	Kcal	Gramos
Carbohidratos	50%	1000 Kcal	250 grs
Lípidos	34%	680 Kcal	75.5 grs
Proteínas	16%	328 Kcal/ 320 Kcal	82 grs
Total	100%	2000 Kcal	407.5 grs

Proteína:

Gramos:

1gr por cada Kg de peso

82 kg corresponde a 82 grs de proteína

Kcal:

$(82 \text{ grs}) \cdot (4 \text{ kcal}) = 328 \text{ Kcal}$

%:

$(328 \text{ Kcal}) \cdot (100) / 2000 \text{ Kcal} = 16.4\%$ redondeado a 16%

Corrección: $(0.16) \cdot (2000) = 320 \text{ Kcal}$

Carbohidratos:

%:

50%

Kcal:

$$(0.50) * (2000 \text{ Kcal}) = 1000 \text{ Kcal}$$

Gramos:

$$1000 \text{ Kcal} / 4 \text{ Kcal} = 250 \text{ grs}$$

Lípidos:

%:

$$\% \text{carbohidratos} + \% \text{proteínas} = 50 + 16 = 66\%$$

$$100\% - 66\% = 34\%$$

Kcal:

$$(0.34) * (2000 \text{ Kcal}) = 680 \text{ Kcal}$$

Gramos:

$$680 \text{ Kcal} / 9 \text{ Kcal} = 75.5 \text{ grs}$$