

Caso clínico

Paciente femenino de 80 años.

Sin alergias medicamentosas conocidas, sin hábitos tóxicos, independiente para las actividades básicas de la vida diaria (ABVD). Con antecedentes médicos de hipertensión arterial y diabetes mellitus tipo 2 desde hace más de cinco años, en seguimiento por médico de Atención Primaria, y enfermedad renal crónica. Intervenida quirúrgicamente de colecistectomía en 1988. En tratamiento habitual con valsartan 160 mg y sitagliptina 100 mg.

En marzo de 2019 la paciente es estudiada por su médico de Atención Primaria por anemia y sangre oculta en heces positiva. Se le realiza una colonoscopia, objetivando, en colon ascendente cerca de ángulo hepático, una neoformación que se biopsia, con anatomía patológica de adenocarcinoma ulcerado moderadamente diferenciado en el tejido remitido por lo que se envía al paciente a consultas de Cirugía General, completando el estudio con una analítica completa y TAC de extensión, que muestra únicamente la neoplasia colon ascendente y pequeñas adenopatías adyacentes mesentéricas. Se confirma, de este modo, el diagnóstico de adenocarcinoma de colon ascendente, y se decide la realización de una hemicolectomía derecha laparoscópica programada.

Datos antropométricos

- Peso habitual: 67 kg.
- Peso: 60 kg.
- Pérdida del 10,44% del peso en menos de seis meses.
- Talla: 145 cm.
- IMC: 28,5 kg/m² .

Bioquímicos:

- Controles glucémicos en torno a 115-125 mg/dl en ayunas.
- Datos analíticos, con fecha de interconsulta a Endocrinología y Nutrición (24/5/19):
- Creatinina: 1,02 mg/dl (0,5-0,9).
- Proteínas totales: 5,8 g/dl (6,6-8,7).
- Albúmina: 2.614 mg/dl (3.300-5.200).
- Prealbúmina: 15,9 mg/dl (20-40).
- Colesterol total: 108 mg/dl (100-200).
- Hemoglobina: 10,2 g/dl (12-16).
- Linfocitos: 1,7x10³ /μl (0,9-5,2).

- Transferrina: 171 mg/dl (200-360).
- Hemoglobina glicosilada (29/03/2019): 6,7%.

Clínico

Palidez de piel y mucosas, normohidratada. Auscultación pulmonar con murmullo vesicular conservado, auscultación cardíaca rítmica sin soplos.

Abdomen con cicatriz subcostal derecha amplia, sin signos de eventración, blando depresible, no doloroso a la palpación, sin defensa ni signos de irritación peritoneal.

Extremidades inferiores con signos de insuficiencia venosa periférica, sin edemas.

Dietético

$IMC = \frac{60}{(1.45)^2} = 28.53 \text{ kg/m}^2$

 Peso meta: $60 \times 0.05 = 3$
 $60 + 3 = 63 \text{ kg}$

Peso máximo = $24.99 \times (1.45)^2 = 52.54 \text{ kg}$
 Peso mínimo = $18.5 \times (1.45)^2 = 38.89 \text{ kg}$

$GEB = 665.10 + (9.56 \times 63 \text{ kg}) + (1.85 \times 145) - (4.69 \times 80) = 1161.23 \text{ kcal}$

$GET = 116.123 + 116.123 + 1161.23 = 1393.47$

Proteínas = $1.0 \times 63 = 63 \times 4 \times 100 = \frac{25200}{13935} = 18.08\%$

Carbohidratos = $55\% = \frac{766.425}{4} = 191.60 \text{ gr}$

Lípidos = $27\% = \frac{376.11}{9} = 41.79 \text{ gr}$

Grupo	Energía	Proteína	Lípidos	Hc	R					
Verduras	25	100	2	8	0	0	4	16	4	3
Frutas	60	300	0	0	0	0	15	75	5	
CTSG	70	280	2	8	0	0	15	60	4	
AOAB	40	120	7	21	1	3	0	0	3	
AOABA	55	165	7	21	3	9	0	0	3	
AOAM	75	150	7	14	5	10	0	0	2	
AGSP	45	180	0	0	5	20	3	12	4	
ASG	40	80	0	0	0	0	10	20	2	
	1375	72	42	183						
	1393	63	42	192						

	Desayuno	Colación	Comida	Cena	Ración
Verduras	1	-	2	1	4
Frutas	1	1	1	1	5
CTSG	1	-	-	3	4
AOAMBAG	-	-	-	2	3
AOABAG	-	-	2	-	3
AOAMAG	2	-	-	-	2
AYGSP	1	-	2	1	4
ASG	-	2	-	-	2

Nota: cada día tiene diferente distribución, pero se utilizaron los mismos equivalentes

Dieta

Día 1

DESAYUNO 1: CALDO DE POLLO CON VERDURAS

- Caldo de pollo ½ taza
- Zanahoria cocida picada ¼ taza
- Ejotes cocidos ¼ taza
- Chayote cocido picado 1 taza
- Papa cocida 1 pieza
- Pechuga de pollo hervida 90 gramos
- 2 tortillas de maíz y aguacate hass 1/3 pieza

COLACIÓN:

- Gelatina 118 gramos

COMIDA 1: CALABACITAS RELLENAS

- Queso parmesano rallado 7 cucharaditas
- Jamón de pavo 6 rebanadas

- Calabacitas redondas cocida 3 piezas
- Acompañar con aguacate hass 1/3 pieza
- Jugo de naranja ½ taza más ½ taza de agua natural

CENA 1: PAPILLA DE MANZANA y PERA

- Manzana hervida 3 pieza para realizar la papilla

Día 2

DESAYUNO: TACOS DE POLLO CON VERDURAS

- Pechuga de pollo cocida sin piel desmenuzada 90 gramos, sazonar con aceite de oliva 1 cucharadita
- Zanahoria cocida picada ½ taza
- Chicharos cocidos sin vaina ½ taza
- Tortilla de maíz 4 piezas

COLACIÓN:

- Gelatina 118 gramos

COMIDA 2: OMELET

- Huevo Fresco 2 piezas, agregarle acelga cocida picada ¼ taza y ½ pieza de jitomate bola rebanado, Jamón de pavo 2 rebanadas, queso Oaxaca 60 gramos. cocinar con aceite de oliva 1 cucharadita
- Jugo de mango ½ taza + ½ taza de agua natural

CENA 2: PAPILLA DE PERA

- Pera hervida 3 pieza para realizar la papilla

Día 3

DESAYUNO 3: PECHUGA DE POLLO A LA PLANCHA CON ARROZ

- Pechuga de pollo sin piel a la plancha 90 gramos, sazonar con aceite de oliva 1 cucharadita
- Lechuga 3 tazas
- Jitomate bola 1 pieza
- Queso panela 80 gramos
- Jugo de limón ¾ taza + ½ taza de agua natural

COLACIÓN: PALETA DE HIELO NATURAL

- Utilizar 1 taza de fresas rebanas y 1 taza de agua de agua natural, licuar y poner en un recipiente para congelar.

COMIDA 3: PICADILLO

- Carne molida extra magra 60 gramos sazonar con aceite de oliva 1 cucharadita
- Zanahoria cocida picada $\frac{1}{4}$ taza
- Chicharos cocidos sin vaina $\frac{1}{4}$ taza
- Jugo de limón $\frac{3}{4}$ taza + $\frac{1}{2}$ taza de agua natural

CENA:

- Miel 2 cucharaditas
- Manzana picada 1 pieza
- Pera picada media pieza

Día 4:

DESAYUNO 4: OMETLET DE ESPINACA

- Claras de huevo 4 piezas, cocinar con aceite de oliva 1 cucharadita
- Espinaca cocida picada 1 $\frac{1}{2}$ taza
- Queso Panela 80 gramos.
- Jugo de manzana $\frac{1}{2}$ taza + $\frac{1}{2}$ taza de agua natural

COLACIÓN: LIMÓN

- Utilizar $\frac{3}{4}$ de taza de jugo de limón y 1 taza de agua natural y poner en un recipiente para congelar.

COMIDA 4: HUEVOS A LA MEXICANA

- Huevo fresco 2 piezas, cocinar con aceite de oliva 1 cucharadita, agregarle $\frac{1}{2}$ pieza de jitomate y cebolla al gusto
- Jugo de manzana $\frac{1}{2}$ taza + $\frac{1}{2}$ taza de agua natural

CENA 4:

- Miel 2 cucharaditas
- Melón Picado 1 taza
- Papaya picada 1 taza

Día 5:

DESAYUNO: HUEVO CON CHAYOTE

- Utilizar 2 piezas de huevo y 1 taza de chayote picado cocido y cocinarlo con 2 cucharaditas de aceite de oliva.
- 2 piezas de tostada de nopal horneada.
- Agua de melón: licuar 2/3 de taza de melón más 1/2 taza de agua.

COLACIÓN: FRUTA

- 1 pieza de pera
- 118 gr de gelatina

COMIDA: TOSTADAS DE MOLIDA CON VERDURAS PICADAS

- 90 gr de molida de res, 1/2 taza de chayote picado, 1/4 taza de zanahoria picada y cocinarlo 1 cditas de aceite de oliva.
- 2 piezas de tostada de nopal horneada.
- Agua de mango: 1/2 taza de jugo de mango mas 1/2 taza de agua

CENA: TACOS DE POLLO

- 90 gr de carne molida de pollo, 1/4 de taza de zanahoria picada y cocinarlo con 1 cucharadita de aceite de oliva.
- 2 piezas de tortilla
- 1/2 taza de manzana picada
- Tomarlo con un vaso de agua pura

Día 6

DESAYUNO: HUEVO CON NOPAL

- 2 piezas de huevo, 1 taza de nopal cocido, cocinar con 1 cucharadita de aceite de oliva.
- 2 piezas de tostada de nopal horneado.
- Agua de piña: licuar 3/4 taza de piña picada mas 1/2 taza de agua pura

COLACION: GELATINA

- 118 gr de gelatina
- 1/2 taza de manzana al vapor

COMIDA: FAJITAS DE ARRACHERA CON VERDURAS AL VAPOR

- Cocinar 105 gr de arrachera y agregarle 2 cucharadita de aceite de oliva

- $\frac{1}{4}$ de taza de betabel rallado crudo, $\frac{1}{2}$ taza de zanahoria cruda rallada y agregarle unas gotas de limón y un poquito de sal.
- Agua de naranja: $\frac{1}{2}$ taza de jugo de naranja mas $\frac{1}{2}$ taza de agua.

CENA: TACOS DE MACIZA DE RES

- Cocinar 75 gr de maciza de res, 1 cucharadita de aceite de oliva.
- 3 piezas de tortilla.
- Acompañar con 1 taza de pepino picado
- Agua de melón: licuar $\frac{1}{3}$ pieza de melón más $\frac{1}{2}$ taza de agua.

Recomendaciones:

- Masticar bien los alimentos y comer despacio.
- Comer en porciones pequeñas.
- Tomar suficiente agua.
- Comer frutas y verduras.
- Comer carnes magras: pollo, pescado y carne de res magra.
- Evitar alimentos copiosos.
- Introducir los alimentos poco a poco para observar la aceptación de ellos en el organismo.

Diagnóstico:

- Adenocarcinoma de colon ascendente.
- Diabetes mellitus tipo 2 con adecuado control.
- Desnutrición relacionada con la enfermedad severa.