

Caso clínico

Don Rogelio Pérez Figueroa es un señor de 58 años de edad quien trabajador de una empresa de aluminio, el cargo que tiene es de jefe de contadores. Lleva trabajando en la empresa alrededor de 20 años.

El px comenta que acude a consulta médica debido a un ardor en el estómago, el médico le comentó que la gastritis que padecía dañó más la mucosa gástrica lo que ocasionó la aparición de las úlceras gástricas que actualmente se encuentran en estadio dos. El Px hace referencia que su trabajo es muy demandante ya que entra a las 8 de la mañana y sale hasta las 8 de la noche. Sus horarios de comida son muy reducidos menciona que desayuna en su casa todos los días 4 quesadillas con una taza de café con leche, agregando la mitad de café y la mitad de leche. No come nada hasta la hora de comida a las 8 de la tarde, en lo particular siempre le prefieren comidas fritas como carne de res frita acompañado de frijol en grano y por lo regular siempre 6 tortillas y llega a su casa alrededor de las 9 de la noche y cena café con 3 panes tradicionales. El Px tiene una talla de 177 cm y un peso de 90 kg y una circunferencia de cintura de 102 cm. Sus exámenes bioquímicos arrojan: colesterol 400 mg/dl, Triglicéridos 300 mg/dl, Glucosa 130 mg/dl. El px comenta que no realiza nada de actividad física extra además de caminar 30 minutos después de cenar, Para

Evitar los calambres nocturnos. Realizar: Diagnóstico de nutrición (todas pesas, peso meta, cálculo de GEB y GET, Distribuciones tabla. Dieta sintética.

Peso: 90

Talla: 177

Edad: 58

$$I_{mc} = \frac{P}{T(\text{cm})^2} = \frac{90}{(1.77)^2} = \frac{90}{3.1} = 29$$

$$I_{mc} = 29$$

Ox = sobrepeso

Peso ideal: $23 \text{ kg/m}^2 \times \text{talla}(\text{m}^2)$

$$P_i = 23 \text{ kg/m}^2 \times 3.1 \text{ m}^2 = 71.3 \text{ kg}$$

Peso meta: $0.95 \times \text{Peso real}$

$$P_m = 0.95 \times 90 = 85.5$$

$P_{mn} = 18.5 \text{ kg/m}^2 \times \text{talla}(\text{m}^2)$

$$P_{mn} = 18.5 \text{ kg/m}^2 \times 3.1 \text{ m}^2 = 57.35 \text{ kg}$$

$P_{mx} = 29.99 \text{ kg/m}^2 \times \text{talla}(\text{m}^2)$

$$P_{mx} = 29.99 \text{ kg/m}^2 \times 3.1 \text{ m}^2 = 92.96 \text{ kg}$$

GEB HB

$$HB = 66.47 + [13.75 \times \text{Peso (kg)}] + [5 \times \text{talla (cm)}] - (6.75 \times \text{edad (años)})$$

$$GEB = 66.47 + [13.75 \times 85.5 \text{ kg}] + [5 \times 177] - (6.75 \times 58)$$

$$GEB = 66.47 + 1175.62 + 885 - 391.5$$

$$GEB = 2127 - 391.5$$

$$GEB = 1735.59$$

$ETA_{10\%} = 0.10 \times \text{Kcal total}$

$$ETA = 0.10 \times 1735.59$$

$$ETA = 173.559$$

Kcal total = S

ETA + AF

$$= 173.559 + 2256.86$$

$$= 2429.81$$

$$AF = 1.3 \times 1735.59$$

$$= 2256.26$$

Distribución de macras

$$\text{Hc } 55-60\% \} \text{ Hc} = \% \times \text{kcal totales} / 4 \text{ kcal} = \text{gr}$$

$$\text{LP } 25-30\% \} \text{ LP} = \% \times \text{kcal totales} / 9 \text{ kcal} = \text{gr}$$

$$\text{ProT } 10-15\% \} \text{ ProT} = \% \times \text{kcal totales} / 4 \text{ kcal} = \text{gr}$$

$$\text{Hc} = 55\% \times 2429.81 \text{ kcal} / 4 \text{ kcal} = 334.09 = 334$$

$$\text{LP} = 30\% \times 2429.81 \text{ kcal} / 9 \text{ kcal} = 80.99 = 81$$

$$\text{ProT} = 15\% \times 2429.81 \text{ kcal} / 4 \text{ kcal} = 91.11 = 91$$

margen de error

$$0.95 \times \text{kcal total.}$$

$$0.95 \times 2429.81 = 2308.31 - 499.81 = 1205$$

Grupo en el sistema de equivalentes	Subgrupo	Energía		Proteína		Lípidos		Hidratos de carbono		porciones
Verduras		25	100	2	8	0	0	4	16	4
Frutas		60	300	0	0	0	0	15	75	5
Cereales y tuberculos	a.sin grasa	70	420	2	12	0	0	15	90	6
	b.con grasa	115	230	2	4	5	10	15	30	2
Leguminosas		120	180	8	16	1	2	20	90	2
Alimentos de origen animal	a.muy bajo aporte de grasa	40	80	7	14	1	2	0	0	2
	b.bajo aporte de grasa	55		7		3		0		
	c.moderado aporte de grasa	75		7		5		0		
	d.alto aporte de grasa	100	100	7	7	8	8	0	0	1
Leche	a.descremada	95	95	9	9	2	2	12	12	1
	b.semidescremada	110		9		4		12		
	c.entera	150	150	9	9	8	8	12	12	1
	d.con azúcar	200	200	8	8	5	5	30	30	1
Aceites y grasas	a.sin proteínas	45	315	0	0	5	35	0	0	7
	b.sin proteínas	70	140	3	6	5	10	3	6	2
Azucres	a.sin grasa	40	80	0	0	0	0	10	20	2
	b.con grasa	85		0		5		10		
Subtotal			2350		93		82		331	
Total			2929		91		81		334	