

10/10/24

Caso Clínico

Don Rogelio Pérez Figueroa es un señor de 58 años de edad, quien es 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 le 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 4 de la tarde, en la particular siempre le preparan 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 cenó 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: DX de nutrición (todos los pesos, pesos meta, cálculo de GEB y GET, distribuciones, tabla dietosintética).

10/10/24

$I.M.C. = \frac{\text{Peso (kg)}}{\text{talla (cm)}^2} = \frac{90 \text{ kg}}{(177)^2} = \frac{90 \text{ kg}}{313} = 28.75 \text{ kg/m}^2$

Peso ideal: $23 \text{ kg/m}^2 \times \text{talla (cm)}^2 =$
 $23 \text{ kg/m}^2 \times 313 \text{ m}^2 = 71.99 \text{ kg}$

Peso máximo: $24.99 \text{ kg/m}^2 \times \text{talla (cm)}^2 =$
 $24.99 \text{ kg/m}^2 \times 313 \text{ m}^2 = 78.21 \text{ kg}$

Peso mínimo: $18.5 \text{ kg/m}^2 \times \text{talla (cm)}^2 =$
 $18.5 \text{ kg/m}^2 \times 313 \text{ m}^2 = 57.905 \text{ kg}$

Peso meta: $0.95 \times \text{peso real} =$
 $0.95 \times 90 \text{ kg} = 85.5 \text{ kg}$

GEB → Hombre

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

$HB = 66.47 + [13.75 \times 85.5 \text{ kg}] + [5 \times 177 \text{ cm}] - (6.75 \times 58)$
 $HB = 66.47 + 1175.62 \text{ kg} + 885 \text{ cm} - 391.5 =$
 $HB = 1735.59 \text{ Kcal basales}$

Calculo ETA

Kcal totales

$ETA \text{ } 10\% = 0.10 \times \text{Kcal basales}$
 $0.10 \times 1735.59 \text{ Kcal} = 173.55 \text{ Kcal}$

$GET = ETA + AF$
 $173.55 + 2256.26 =$
 $= 2429.81 \text{ Kcal}$

Calculo AF

$AF = \text{Factor de actividad física} \times \text{Kcal basales}$
 $AF = 1.3 \times 1735.59 \text{ Kcal} = 2256.26$

10/10/24

Distribución de macros

HC 55-60% ----- CH = % X Kcal total / 4 Kcal = gr
LIP 25-30% ----- LIP = % X Kcal total / 9 Kcal = gr
PROTS 10-15% ----- Prote = % X Kcal total / 4 Kcal = gr
100%

$$HC: .60 \times 2429.81 \text{ Kcal} = 1457.88 / 4 = 364.47 \text{ gr}$$

$$LIP: .25 \times 2429.81 \text{ Kcal} = 607.45 / 9 = 67.49 \text{ gr}$$

$$PROTE: .15 \times 2429.81 \text{ Kcal} = 364.47 / 4 = 91 \text{ gr}$$

Aporte nutrimental promedio

GRUPO EN EL SISTEMA DE EQUIVALENTES	SUBGRUPOS	ENERGIA	PROTEINA (g)	LIPIDOS (g)	HIDRATOS DE CARBONO (g)	Raciones				
Verduras		25	50	2	4	0	0	4	8	2
frutas		60	360	0	0	0	0	15	90	6
Cereales y tubérculos	a. Sin grasa	70		2		0		15		
	b. Con grasa	115		2		5		15		
Leguminosas		120	240	8	16	1	2	20	40	2
Alimentos de origen animal	a. muy bajo aporte de grasa	40	40	7	7	1	1	0	0	1
	b. bajo aporte de grasa	55		7		3		0		
	c. Moderado aporte de grasa	75		7		5		0		
	d. Alto aporte de grasa	100		7		8		0		
Leche	a. Descremada	95		9		2		12		
	b. Semidescremada	110		9		4		12		
	c. Entera	150		9		8		12		
	d. Con azúcar	200	1000	8	40	5	25	30	150	5
Aceites y grasas	a. Sin proteínas	45		0		5		0		
	b. Con grasa con proteína	79	632	3	24	5	40	3	24	8
Azúcares	a. Sin grasa	40	160	0	0	0	0	10	40	4
	b. Con grasa	85		0		5		10		
Subtotal	margin de error 0.05 X kcal	2482		91		68		352	margin de error CH 0.05 X 364 = ± 18	
Total	0.05 X 2429.81 = ± 121	2429.81		91		67		364		