



Mi Universidad

Caso clínico

David García Caballero

Parcial 2

Lic. DANIELA MONSERRAT MENDEZ GUILLEN

Medicina Humana

Nutrición

Tercer semestre

David García Caballero

① Datos de importancia

Peso: 90 kg

Talla: 1.77 cm

Actividad Física Sedentario

Presente

② ① Índice de Masa Corp.

$$IMC = \frac{90}{1.77}$$

$$IMC = 90 \text{ kg} / 3.1329 = 28.72$$

③ Dx Nutricional:

Sobrepeso

④ Peso Ideal:

$$P_i = 23 \text{ kg/m} \times \text{Talla}$$

$$P_i = 1.77 \times 41.77 = 3.1329$$

$$P_i = 23 \times 3.1329 = 72.05$$

⑤ Peso max =

$$P_{max} = 1.77 \times 177 = 3.13$$

$$P_{max} = 24.99 \times 3.132 = 78.294$$

$P_{min} =$

⑥ $18.5 \text{ kg} \times 3.1329 = 57.95$

$$P_{min} = 57.95$$

⑦ Gasto Energético Basal



$$GEB = 66.47 + [13.75 \times 90] + [5 \times 177] - (6.75 \times 58 \text{ años})$$

$$GEB = 1,797.47$$

⑧ Gasto Energético Total = (GET)

GET = Act. muy leve

$$GET = AF + ETA$$

$$GET = 179.74 + 2,386.71 = 2,566.45$$

$$ETA = .10 \times \text{Kcal/día (Basal)}$$

$$ETA = .10 \times 1,797.6 \approx 179.74$$

$$AF = FAF \times \text{Kcal/día}$$

$$AF = 1.3 \times 1,797.47 = 2,336.71$$

Distribución Metabólica

Distribución:

$$HC = 58\%$$

$$LP = 20\%$$

$$Prot = 12\%$$

$$HC = .58 \times 2,516.9 / 4 = 364$$

$$LP = .20 \times 2,516.9 / 9 = 83$$

$$Prot = .12 \times 2,516.9 / 4 = 75$$

Grupo en el Sistema de Equivalentes	Sub-grupos	Energía (G)	Proteína (G)	Lípidos (G)	Hidratos de carbono (G)	Raciones
Verduras		25	2	0	4	4
		60	0	0	15	5
Frutas		70	2	0	15	2
		115	2	5	15	4
Cereales y tuberculos	a. sin grasa	120	8	1	20	2
	b. con grasa	40	7	1	0	
Leguminosas	a. Muy bajo aporte de grasa	55	7	3	0	
	b. Bajo aporte de grasa	75	7	5	0	
Alimentos de origen animal	c. Moderado aporte de grasa	100	7	8	0	
	d. Alto aporte de grasa	95	9	2	12	
Leche	a. Descremada	110	9	4	12	
	b. Semidescremada	150	9	8	12	
Aceites y grasas	c. Entera	200	8	5	30	1
	d. Con azúcar	45	0	5	0	2
Azucares	a. Sin proteína	70	3	5	3	3
	b. con proteína	40	0	0	10	4
Subtotal	a. Con grasa	85	0	5	10	4
	c. Sin grasa	2465	74	83	340	
Total		2,516	75	83	364	

Muygo = 21 390

Muygo = 340