

Universidad del Sureste

* Alumna: Marcia Sofía Hdez. Mles.

* L.N: Daniela Monserath
Méndez Guillén.

* ASignatura: Nutrición en
Enfermedades Gastrointestinales.

* Tipo de : Caso Clínico.
trabajo

* **Unidad IV**

* **Licenciatura en
Nutrición**

* **Comitán de Domínguez,
Chiapas.**

Caso Clínico

Varián de 58 años, de nombre Doroteo Pérez, presenta un peso de 65 kg y una talla de 1.80 mts; ha sido diagnosticado de neoplasia de colon derecha y metástasis a distancia hace 13 meses, estuvo en tratamiento con quimioterapia paliativa. Acudió a urgencias hace un mes por obstrucción intestinal donde le tuvieron que realizar una ileostomía de descarga.

- Cuando acude a una consulta se muestra inseguro, decaído, no tiene ganas de nada.
- A la exploración del estoma, se ve que la placa no está bien recortada, el diámetro de la misma es más grande que el estoma y se le ha irritado la piel periestomal.
- Estoma en doble asa.
- Localización del estoma: en la parte izquierda.
- Altura: Sobreelevado unos 2 cm.
- Forma: ovalada.
- Coloración: Rojo.
- Dispositivo utilizado: 2 piezas, bolsa y placa de 70 mm.
- Complicación: Dermatitis en piel periestomal.
- Alergias: Penicilina.
- Antecedentes: HTA, Dislipidemia, Adenocarcinoma de colon.
- Medicación:
 - Esomeprazol 20 mg en desayuno y cena.

- Atorvastatina 20 mg en cena.
- Ondansetron 8 mg si precisa.
- Movicol en el desayuno.
- Valsartán 160 mg en desayuno.
- Dexametasona 8 mg en desayuno.

$$IMC = \frac{65 \text{ kg}}{1.80 \text{ m}} = \frac{65}{3.24} = 20.06 \text{ kg/m}^2$$

Normopeso/
Peso normal.

$$PI = (1.80)^2 (23 \text{ kg/m}^2) =$$

$$(3.24) (23 \text{ kg/m}^2) = 74.52 \text{ kg.}$$

$$PS = 74.52 + 7 = \frac{80.52}{3.24} = 24.85 \text{ kg.}$$

$$P_{max} = (24.9 \text{ kg/m}^2) (1.80)^2 =$$

$$(24.9 \text{ kg/m}^2) (3.24) = 80.67 \text{ kg.}$$

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

$$(18.5 \text{ kg/m}^2) (3.24) = 59.94 \text{ kg.}$$

Peso Meta = NO porque tiene un peso normal.

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

$$66.47 + [13.75 \times 65 \text{ kg}] + [5 \times 180] - [6.75 \times 58 \text{ años}]$$

$$= 66.77 + 893.35 + 900 - 391.5$$

$$= 1860.22 - 391.5$$

$$= 1468.72 \text{ Kcal.}$$

Estres Fisiológico = $1.5 \times 1468.72 = 2203.08$

ET = $2203.08 +$

ETA = $1468.72 \times .10 = 146.872$

GET = $2203.08 + 146.872$
 $= 2349.952 \text{ Kcal. totales}$

12-11-24
x 50 F.

Distribución

PT = $13\% = 2349.952 \times .13 = 305.49376$
 $= 76.37 \text{ gr.}$

CH = $60\% = 2349.952 \times .60 = 1409.9712$
 $= 352.49 \text{ gr.}$

LP = $27\% = 2349.952 \times .27 = 634.48704$
 $= 70.49 \text{ gr.}$

Menús

① Lunes

Desayuno: Tostadas de champiñones y flor de calabaza.

- 1 tza. Champiñones cocidos.
 - 1 tza. Flor de calabaza cocida.
 - 1 reb. Pan tostado integral.
 - 1 taza de leche descremada.
 - 1/2 taza. manzana picada (sin cáscara).
 - 1/2 tza. fresas congeladas.
- De tomar: Frappé de fresas y manzana.

Colación: Merienda / colación dulce y saludable.

- 1 tza. Papaya.
- 1 tza. Pera.
- 2 pzas. Jalleta de avena con pasas.
- 1 pza. pequeña de mazapán (20 g+).

Almuerzo: Ensalada de lentejas, arroz y calabacitas.

- 1 tza. lentejas cocidas.
 - 1 tza. arroz cocido.
 - 1 taza calabacitas picadas al vapor.
 - 1 cdita de aceite de oliva.
 - 1 taza avena cocida.
 - 1 1/2 taza leche descremada.
- De tomar: Licuado de avena.

Colación: Bowl natural de melón, avena y un toque de chocolate.

- 1 tza. melón picado
- 1 1/2 tza. yogur natural
- 2 Galletas integrales
- 10 gr. de chocolate amargo
- 1 taza de avena en hojuelas.

Cena: Guiso ligero de pollo, lentejas y verduras.

- 1 tza. Brocoli picado (salteado).
- 1 tza. lentejas cocidas (salteadas).
- 100 g. de pechuga de pollo.
- 1 cdita act. de oliva (para sazonar).
- 2 reb. pan tostado integral.

De tomar:

- 270 ml de agua de jamaica natural, sin endulzar.

Marques

Desayuno: Desayuno energético

- 1 tza Espinacas
- 1 tza Pimientos picados (rojos, amarillos o verdes).
- 1 tza. avena cocida (en agua). → acompañamiento
- 2 Pzas. almendras con chocolate.
- 1 tza Papaya
- 240 ml. agua natural. } De tomar
Jugo / agua de papaya

Colación: Batido de plátano (acompañado de

- 1 Plátano pequeño = 1 Pza. galletas integrales).
- 1 tza. leche descremada.
- 2 Galletas integrales.

Almuerzo: Sándwiches integrales

- 1 taza brocoli al vapor. (picado)
- 1 taza Zanahorias al vapor. (picado)
- 1 tza arroz cocido.
- 1 taza garbanzos → agregarles un poco de sal, bajo
- 1 cdita aceite de oliva. en frío
- 2 reb. Pan integral (tostarlos)? opcional

De tomar:

- 240 ml. agua de limón, OPCIONAL: endulzar con 1 sobre de Splenda.

Colación: Colación Saludable . . .

- 1 ^{Pza} manzana (sin cáscara).
- 1 tza. arroz inflado.
- 10 gr. nueces.
- 1 cuadrado de chocolate amargo.
- 1 taza de leche de soja. → Bebida acompañante

Cena: Pollo a la acelga y garbanzos.

- 1 tza. Acelgas cocidas (salteadas).
- 1 taza. arroz cocido.
- 2 galletas de avena integrales.
- 1 tza. garbanzos cocidos.
- 1 cdita. aceite de oliva.
- 1 pechuga de pollo a la plancha. → cocinar con 1/2 de aceite de oliva.
- 1 Pza. vitalina bebible. → De tamar

⑤ Miércoles

Desayuno: Champiñones y Chicharos Salteados

- 1 tza. Jitomate (1 Pza.)
 - 1/2 taza Champiñones cocidos
 - 1/2 taza Chicharos cocidos.
 - 1 tza. leche descremada.
 - 1 tza. melón picado.
 - 1 tza. avena cocida o en hojuelas.
 - 1 Pza. pequeña de Mazapán (20 gr).
- De tomar:
Licuado de mango y avena.

Colación: Bocadillos saludables

- 1 tza. fresas picadas.
 - 1 tza. uvas rojas.
 - 2 galletas de avena con pasas.
 - 1 tza. de granola.
 - 1 1/2 tza. yogurt vitalina bebible.
- Mezclar todo excepto las galletas.

Almuerzo: Ensalada de res

- 1 tza. Zanahorias al vapor.
 - 1 tza. Charotes al vapor.
 - 1 tza. Quinoa cocida.
 - 2 galletas integrales.
 - 1 tza. Frijoles cocidos.
 - 1 cdta aceite de oliva. (carne)
 - 100 gr. Carne magra de res.
 - 1/2 tza. nueces.
- Mezclar las verduras, quinoa, nueces y la carne en fajas o trozos, para crear una ensalada.
Las Frijoles y las galletas serán un acompañamiento.

De tomar:

- 240 ml de té de manzanilla, sin endulzar.

Colación: Ensalada tropical...

- 1 tza Piña.
- 1 tza Avena en hojuelas.
- 1 tza Granola.
- 1 tza yogurt natural.
- 2 Almendras con chocolate. → **Acomodamiento**

Cena: Espárragos mediterráneos.

- 1 taza Espárragos cocidos. (Vapor).
 - 2 rebanadas de pan tostado integral.
 - 1 rebanada de aguacate.
 - 1 tza lentejas cocidas.
 - 1 cdita aceite de oliva. (para tostar el pan).
- Untar el aguacate sobre el pan tostado. Agregar lentejas y espárragos.

De tomar:

- 1 tza = 240 ml de café descafeinado.