

MASCULINO: 64 AÑOS, TALLA:168 PESO: 70KG

HISTORIA CLÍNICA

Fecha de ingreso: 22/03/24

Servicio: M. I.

Sexo: Masculino

Edad: 64 años

FICHA CLÍNICA

Masculino, 64 años, casado católico, dedicado al campo, recolector de plátano, originario de Oaxaca.

MOTIVO DE CONSULTA

Dolor abdominal

AL INGRESO

Refiere el paciente hace tres meses con dolor abdominal localizado en epigastrio, dolor tipo punzante y constante, no progresivo de la misma intensidad y característica desde el inicio.

Niega fiebre o diarrea y refiere se agrega al vómito, plenitud postprandial temprana, así como náuseas. Refiere pérdida de peso 3 kg los últimos meses.

APNP

Habita en casa propia con drenaje, toxicomanías negadas, alimentación de mala calidad y cantidad, no zoonosis, niega tabaquismo. Alcoholismo social sin llegar a la embriaguez una vez al mes.

APP

Niega DM, enfermedades infectocontagiosas, hospitalizaciones previas, transfusiones, cirugías, niega alergias medicamentosas, niega otras enfermedades.

AHF

Negados.

EXPLORACIÓN FÍSICA

T. A. 140/90 mmHg

FC 110'

FR 25'

T 36.7 °C

Paciente masculino de 64 años que acude al servicio de urgencias que refiere dolor abdominal en región epigástrica con irradiación hacia la espalda y ocasionalmente hacia hombro izquierdo y mandíbula. Comenta ingesta de alimentos grasos e irritantes por lo cual menciona tomar en domicilio antiácido con mejoría parcial de su padecimiento, comenta se agrega náusea y vómito de contenido gástrico en una ocasión y ante la persistencia de la sintomatología actual, acude a valoración.

ANTROPOMETRÍA

PA 70 kg.

PH 73 kg.

Talla: 168 cm.

DIAGNÓSTICO MÉDICO

1. ERGE
2. GEA
3. IAM

TRATAMIENTO MÉDICO

Dieta blanda

Control estricto de líquidos

Reportar eventualidades

Medicamentos:

Omeprazon 40 mg IV dosis única

Atorvastatina 80 mg IV dosis única

Clopidobrel 75 mg VO dosis única

Isosorbide 10 mg c/8 hrs VO

Evaluación clínica

Determinar los signos y síntomas clínicos de relevancia con alteraciones nutricionales (Elabora una tabla)

Signo/Síntoma	Descripción	Posible Causa Nutricional
Dolor abdominal epigástrico	Dolor tipo punzante y constante en la zona superior del abdomen.	Puede estar asociado a dispepsia funcional o úlcera péptica.
Vómitos y náuseas	Sensación de malestar estomacal y expulsión involuntaria del contenido gástrico.	Común en trastornos digestivos como dispepsia o gastroparesia.
Plenitud postprandial temprana	Sensación de saciedad excesiva poco después de iniciar la comida.	Indicativo de dispepsia funcional o gastroparesia.
Pérdida de peso (3 kg en 3 meses)	Reducción significativa del peso corporal en un corto período.	Puede indicar desnutrición o malabsorción.
Anemia ferropénica	Fatiga, palidez, mareos, taquicardia, entre otros.	Deficiencia de hierro, común en trastornos digestivos crónicos.
Alteraciones en piel y cabello	Piel seca, pérdida de cabello, uñas quebradizas.	Deficiencias de proteínas, vitaminas y minerales.
Edema periférico	Hinchazón en extremidades.	Puede ser signo de desnutrición proteica.
Hipotensión ortostática	Descenso de la presión arterial al ponerse de pie.	Posible deshidratación o desnutrición.

Resultados de Laboratorio y Valores Normales

Parámetro	Resultado	Valor Normal	Estado
Proteína Total (PT)	6.5 g/dL	6.3–8.2 g/dL	Normal
Globulina	4.1 g/dL	2.0–4.0 g/dL	Ligeramente elevada
Albúmina en suero	3.3 g/dL	3.5–5.0 g/dL	Ligeramente baja
Sodio (Na)	134 mmol/L	137–145 mmol/L	Ligeramente bajo
Potasio (K)	4.4 mmol/L	3.5–5.1 mmol/L	Normal
Cloruro (Cl)	105 mmol/L	98–107 mmol/L	Normal
Glucosa (GLU)	107 mg/dL	65–110 mg/dL	Ligeramente elevada
Nitrógeno en Urea	15.0 mg/dL	7–20 mg/dL	Normal
Creatinina (CREAT)	0.7 mg/dL	0.5–1.5 mg/dL	Normal
Leucocitos (WBC)	8.96 K/μL	4.0–11.3 K/μL	Normal
Neutrófilos (NEU)	6.76 K/μL	1.4–6.6 K/μL	Ligeramente elevado

Linfocitos (LYM)	1.29 K/μL	1.2–3.5 K/μL	Normal
Monocitos (MONO)	0.711 K/μL	0.0–0.5 K/μL	Elevado
Eosinófilos (EOS)	0.126 K/μL	0.0–0.5 K/μL	Normal
Basófilos (BASO)	0.074 K/μL	0.0–0.1 K/μL	Normal
Glóbulos Rojos (RBC)	3.26 M/μL	4.2–5.9 M/μL	Bajo
Hemoglobina (HGB)	10.2 g/dL	13.1–17.4 g/dL	Baja
Hematocrito (HCT)	28.8%	39.7–50.0%	Bajo
MCV	88.6 fL	80.0–96.0 fL	Normal
MCH	31.2 pg	27.0–33.0 pg	Normal
MCHC	35.3 g/dL	33.0–35.0 g/dL	Normal
RDW	17.7%	11.5–14.5%	Elevado
Plaquetas (PLT)	386 K/μL	150–450 K/μL	Normal
MPV	10.7 fL	6.8–10.0 fL	Ligeramente elevado
Colesterol Total	360 mg/dL	<200 mg/dL	Elevado

Triglicéridos	252 mg/dL	<150 mg/dL	Elevado
Colesterol-HDL	20 mg/dL	40 mg/dL	Bajo
Colesterol-LDL	165 mg/dL	<100 mg/dL	Elevado

Bioquímicos Fuera del Rango Normal

Globulina: ligeramente elevada.

Albúmina en suero: ligeramente baja.

Sodio (Na): ligeramente bajo.

Glucosa (GLU): ligeramente elevada.

Neutrófilos (NEU): ligeramente elevados.

Monocitos (MONO): elevados.

Glóbulos Rojos (RBC): bajo.

Hemoglobina (HGB): baja.

Hematocrito (HCT): bajo.

RDW: elevado.

MPV: ligeramente elevado.

Colesterol Total: elevado.

Triglicéridos: elevados.

Colesterol-HDL: bajo.

Colesterol-LDL: elevado

R24

Desayuno

- 1 taza de frijoles refritos: 252 kcal.
- 3 tortillas de maíz: 210 kcal.
- 2 huevos con 2 rebanadas de jamón en 1 cucharada de aceite:
 - 2 huevos: 140 kcal.
 - 2 rebanadas de jamón: 60 kcal.
 - 1 cucharada de aceite: 120 kcal.
- 1 taza de café con 1 cucharada de azúcar: 60 kcal

Colación Matutina

- 1 taza de café con 1 cucharada de azúcar: 60 kcal.
- 1 pieza de pan dulce (concha de vainilla): 300 kcal.

Comida

- 1 taza de sopa de arroz: 135 kcal.
- 1 taza de frijoles: 108 kcal.
- 1 taza de carne de res molida (picadillo) con ½ papa:
 - Carne de res molida (200 g): 321 kcal.
 - ½ papa cocida: 38.5 kcal.
 - Total: 359.5 kcal.
- 4 tortillas de maíz: 280 kcal.
- 1 vaso de limonada con 2 cucharadas de azúcar: 120 kcal.

Colación Vespertina

- 1 plátano: Aproximadamente 90 kcal.
- 1 taza de café con 1 cucharada de azúcar: 60 kcal.
- 8 galletas Marías: 280 kcal.

Cena

- 1 pieza de papa guisada con 45 g de chorizo de cerdo:
 - Papa cocida (1 pieza): 77 kcal.
 - Chorizo de cerdo (45 g): 180 kcal.
 - Total: 257 kcal.
- 1 taza de frijoles: 108 kcal.
- 3 tortillas de harina: 255 kcal.
- 1 vaso de limonada con 2 cucharadas de azúcar: 120 kcal.

TOTAL ESTIMADO

Desayuno: 842 kcal.

Colación: 360 kcal.

Comida: 1,002.5 kcal.

Colación : 430 kcal.

Cena: 740 kcal.

Total del día: 3,374.5 kcal.

Intervención nutricional

- Determinar el requerimiento energético mediante la fórmula de Mifflin y Harris B

Masculino 64 años PA: 70 kg PH: 173 cm Talla: 168 cm

IMC: $70/168^2 = 24.80$ — $73/168^2 = 25.86$

Peso Ideal: $70 - 100 = 68$

Harris

$$TMB = 66 + (13.7 \times \text{Peso}) + (5 \times \text{Altura}) - (6.8 \times \text{edad}) =$$
$$66 + (13.7 \times 70) + (5 \times 168) - (6.8 \times 64) =$$
$$GEB = 1,429.8$$
$$ETA = 1,429.8 + 10\% = 1,572.78$$
$$GER = 1,572.78$$
$$FA = 1.1$$
$$GET = 1,572.78$$

Mifflin

$$TMB = (10 \times \text{Peso}) + (6.25 \times \text{altura}) - (5 \times \text{edad}) + 5$$
$$(10 \times 70) + (6.25 \times 168) - (5 \times 64) + 5$$
$$GEB = 1,435$$
$$ETA = 1,435 + 10\% = 1,578.5$$
$$GER = 1,578.5$$
$$FA = 1,578.5$$
$$GET = 1,578.5$$

Determinar el **Diagnóstico Nutricio** mediante formato PESS

Problema à alto contenido de grsas.

Etiología à control inadecuado de laboratorios.

Signos y síntomas à perdida peso, dolor adominal.

Problema a alto contenido calorico en dieta.

Etiologia a poca ingesta de nutrientes esenciales.

Signos y sintomas a nauseas y vomito.

PROBLEMA perdida de peso.

ETIOLOGIA perdida de peso involuntaria NC 3.2

SIGNOS Y SINTOMAS pierde peso de manera involuntaria desde hace 3 meses.

PROBLEMA interaccion de uso de medicamentos.

ETIOLOGIA interaccion de alimentos-medicamentos NC 2.3.

SIGNOS Y SINTOMAS reflujo amtes o despues de comer.

Elaborar el cuadro dietosintético (elige 1 de las 2 fórmulas)

formula **HARRIS BENEDIC**

Macronutrientes	% del Total Calórico	Calorías (kcal)	Gramos	Gramos por kg de peso
Proteínas	15%	225 kcal	56.25 g	0.80 g/kg
Lípidos	25%	375 kcal	41.67 g	0.56 g/kg
Carbohidratos	60%	900 kcal	225 g	3.21 g/kg
Total	100%	1,500 kcal	323.92 g	-

Elabora menú ejemplo de 2 días para enfermedad coronaria

MENU 1

DESAYUNO

Yogur natural desnatado con avena, nueces y rodajas de plátano. Café solo.
refrigeria 1 manzana

ALMUERZO

Ensalada de atún con espinacas, pepino, tomate y aderezo de aceite de oliva.
Pan integral.

refrigerio 10 almendras

CENA

Pechuga de pollo a la plancha con quinoa y brócoli al vapor.

MENU 2

DESAYUNO

Avena cocida con leche descremada, manzana picada y canela.

refrigerio 1 naranja o mandarina

ALMUERZO

Pechuga de pavo con arroz integral y ensalada de pepino y zanahoria.

refrigerio 10 nueces o almendras

CENA

Tacos de pescado con tortillas de maíz, repollo rallado y salsa de aguacate.

MENU 1

Desayuno

- **Yogur natural (200 g):**
 - Calorías: 120 kcal
 - Proteínas: 12 g
 - Lípidos: 0 g
 - Carbohidratos: 18 g
- **Avena (40 g):**
 - Calorías: 148 kcal
 - Proteínas: 5 g
 - Lípidos: 3 g
 - Carbohidratos: 27 g
- **Nueces (15 g):**
 - Calorías: 98 kcal
 - Proteínas: 2 g
 - Lípidos: 10 g
 - Carbohidratos: 2 g
- **Plátano (100 g):**
 - Calorías: 89 kcal
 - Proteínas: 1 g
 - Lípidos: 0 g
 - Carbohidratos: 23 g
- **Café solo (sin azúcar, 200 ml):**
 - Calorías: 2 kcal
 - Proteínas: 0 g
 - Lípidos: 0 g

- Carbohidratos: 0 g

Total desayuno:

- Calorías: 457 kcal
- Proteínas: 20 g
- Lípidos: 13 g
- Carbohidratos: 70 g

Refrigerio

- **Manzana (160 g):**
 - Calorías: 83 kcal
 - Proteínas: 0.4 g
 - Lípidos: 0.3 g
 - Carbohidratos: 22.1 g

Total refrigerio

- Calorías: 83 kcal
- Proteínas: 0.4 g
- Lípidos: 0.3 g
- Carbohidratos: 22.1 g

Almuerzo

- **Atún en agua (120 g):**
 - Calorías: 132 kcal
 - Proteínas: 28 g
 - Lípidos: 1 g
 - Carbohidratos: 0 g
- **Espinacas (50 g):**
 - Calorías: 12 kcal
 - Proteínas: 1.5 g
 - Lípidos: 0.2 g
 - Carbohidratos: 2 g
- **Pepino (50 g):**
 - Calorías: 8 kcal
 - Proteínas: 0.3 g
 - Lípidos: 0.1 g
 - Carbohidratos: 2 g
- **Tomate (50 g):**
 - Calorías: 9 kcal
 - Proteínas: 0.5 g
 - Lípidos: 0.2 g

- Carbohidratos: 2 g
- **Aceite de oliva (1 cucharada, 15 ml):**
 - Calorías: 133 kcal
 - Proteínas: 0 g
 - Lípidos: 15 g
 - Carbohidratos: 0 g
- **Pan integral (1 rebanada, 28 g):**
 - Calorías: 70 kcal
 - Proteínas: 3 g
 - Lípidos: 1 g
 - Carbohidratos: 12 g

Total almuerzo:

- Calorías: 364 kcal
- Proteínas: 33.3 g
- Lípidos: 17.5 g
- Carbohidratos: 18 g

Refrigerio

- **Almendras (10 unidades, aproximadamente 15 g):**
 - Calorías: 87 kcal
 - Proteínas: 3.2 g
 - Lípidos: 7.6 g
 - Carbohidratos: 3.2 g

Total refrigerio :

- Calorías: 87 kcal
- Proteínas: 3.2 g
- Lípidos: 7.6 g
- Carbohidratos: 3.2 g

Cena

- **Pechuga de pollo a la plancha (150 g):**
 - Calorías: 248 kcal
 - Proteínas: 46.5 g
 - Lípidos: 5.5 g
 - Carbohidratos: 0 g
- **Quinoa cocida (100 g):**
 - Calorías: 120 kcal
 - Proteínas: 4.4 g
 - Lípidos: 1.9 g

- Carbohidratos: 21.3 g
- **Brócoli al vapor (100 g):**
 - Calorías: 35 kcal
 - Proteínas: 2.4 g
 - Lípidos: 0.4 g
 - Carbohidratos: 6.6 g

Total cena:

- Calorías: 403 kcal
- Proteínas: 53.3 g
- Lípidos: 7.8 g
- Carbohidratos: 27.9 g

Total del día

- **Calorías:** 1,394 kcal
- **Proteínas:** 110.2 g
- **Lípidos:** 46.2 g
- **Carbohidratos:** 119.2 g

RECOMENDACIONES

Dejar de fumar, tomar de 2.5 a 3lts de agua al día, mejorar la calidad de los alimentos (alto valor nutricional) con bajo índice de grasas LDL, VLDL, TRANS Y AUMENTAR LAS GRASAS BUENAS HDL, implementar mas a fibra hidrosoluble para evacuar diario y no sufrir de estreñimiento, bajar el consumo de café al día, y implementamos en la dieta mas contenido de verduras para llegar a la ingesta diaria recomendada de fibra, quitaremos el contenido de sal para descartar HTA por el alto consumo de SODIO al día.