

UDS
mi universidad

A,B,C de la Nutrición

Nombre del alumno: Gerardo Gordillo Pérez.

Nombre del tema: A,B,C de la nutrición

Parcial: segundo

Nombre de la materia: Nutrición clínica

Nombre del profesor: Karla Jaqueline Flores Aguilar

Nombre de la licenciatura: Licenciatura en enfermería

cuatrimestre: Tercero

comitón de Domínguez, Chiapas

13 de junio de 2025

Introducción

La promoción de la salud es el proceso que capacita a las personas para aumentar el control sobre su salud y mejorarla. Se centra en empoderar a individuos y comunidades para tomar decisiones informadas y adoptar estilos de vida saludables. También busca crear entornos favorables que apoyen la salud, como políticas públicas saludables y acceso a servicios de atención médica.

Nombre: Jose Alberto Pérez Molina
Fecha nacimiento: 10/10/13
Estatura: 1.34 m Peso: 26 kg Edad: 11 años
Grado: Estudiante Tipo sangre: O+
Sexo: Masculino
Estado civil: soltero
TEL: 963 386 80 66

Evaluación cefalo-caudal

Paciente masculino norma lineal que deambula sin dificultad.

cabeza: cráneo y cara sin alteraciones, no hematomas

• cabello negro bien implantado y distribución, no alopecias, buen estado higiénico.

- Nariz y fosas nasales simétricas y permeables.
- Cavity oral en condiciones óptimas para masticar, saborear y deglutir alimentos, piezas dentales completas, labios sin signos de deshidratación.

- Ojos simétricos, con buena agudeza visual, movimientos normales, pupilas normoreactivas.
- Oídos con buena agudeza auditiva, pabellones auriculares sin alteraciones y tamaño normal, conducto auditivo externo en buen estado de higiene.

cuello: Acorde a su biotipo, flexible, no doloroso a los movimientos de flexión, extensión y rotación. Tiroides no visible ni palpable. Tórax: simétrico, de aspecto y configuración normal, adecuada ventilación de campos pulmonares.

Abdomen: Distendido, sigue los movimientos respiratorios. columna vertebral: sin alteraciones, escapulas a nivel simétrico. Región glútea: sin alteraciones, no abscesos.

Evaluación antropométrica

Perímetro craneo	54 cm	
Perímetro toraxico	65 cm	68 cm
Perímetro bíceps	18 cm	18 cm
Perímetro cintura	65 cm	
Log. ext. superiores	60 cm	58 cm
Perímetro muslo	32 cm	32 cm
Perímetro pantorrilla	26 cm	26 cm
Log. ext. inferiores	76 cm	74 cm
Altura pie	22 cm	22 cm

Química clínica

colesterol total	277 mg/dL
colesterol HDL	14.2 mg/dL
colesterol LDL	110.3 mg/dL
Triglicéridos	1.283, mg/dL

TH tiroxina libre	1.63 ng/dL
Hormona estimulante tiroides (TSH)	1.93 uU/ml

Hematología

Globulos rojos 4.57 mill/mmucubicos

Hemoglobina 14.1 grs / ciento

Hematocrito 42.4 %

Leucocitos 5,730 /mm³

Linfocitos

P-LCR 63 %

Amilasa 49.2 u/L

calcio serico 10.2 mg/dL

Lipasa 14.3 u/L

Promoción a la Salud

• Higiene dental

• Baño diario

• cambio ropa



Alimentación
saludable

- Frutas y verduras
- Incluir los grupos del plato del buen comer

• Realizar
actividad física

- Horas de sueño
adecuadas