

ABC de nutrición

Nombre Yuzmin Lupera Aguilar

Nombre del profesor: Karla Jacqueline Flores Aguilar

Nombre de la materia: nutrición

Parcial: Unidad

ubicación: En Teimera

Tema: ABC de nutrición

Fecha y lugar: Comitán 19/06/25

Introducción

o Que es ABC de nutrición

- Método utilizado para evaluar y diagnosticar la condición nutricional de un individuo

- Presenta mi trayectoria con las medidas
correspondientes

- Las medidas presentadas son de
mi paciente para determinar su estado
o condición de mi paciente (adulto mayor)
y ver en que puede mejorar en su
estilo de vida presentando una cartulina
primera diciendo la alimentación
sana y calidad y ejercicio

- Que quiere decir ABCD

A - (Antropometría)

D - (Dietética)

B - (Bioquímica)

C - (Clínica)

Datos Personales

Nombre: Nuri Patricia Luján Ayala Tipo de sangre: B+

Fecha: 26/12/1962 Tel. Fono: 463 127 0155

Estatura: 1.58 cm Sexo: Femenino

Peso: 66 Kg Estado civil: Divorciada

Edad: 62 años

Grado: Licenciatura

2. Evaluación antropométrica

Principales medidas (en centímetros)

- perímetro craneal: 55 cm
- perímetro de tórax:
- altura: 160 cm - inspiración: 102 cm
- perímetro de los Biceps:
- derecho: 33 cm - izquierdo: 33 cm
- diámetro bícromial: 40 cm
- perímetro de cintura: 42 cm
- perímetro de caderas: 113 cm
- lat. ext. superior:
- derecho: 71 cm - izquierdo: 71 cm
- perímetro de pantorrilla: derecho: 39 cm izquierdo: 39 cm
- perímetro de muslo:
- izquierdo: 56 cm - derecho: 56 cm
- lat. ext. inferior:
- derecho: 91 cm izquierdo: 91 cm
- codo: 25 cm
- ancho: 25 cm - izquierdo: 25 cm

Examen Cefalo Caudal

Cabeza:

Forma cluneal sin abolladuras o sim
hendiduras o siccitizes, sin lesiones o rasgos parásitos

Cara:

Observación al paciente presenta una leve
lesión en la parte posterior de la cabeza
y presenta una herida en la parte de arriba
de los labios.

sin presencia de tic y sin presencia engrosamiento
de arteria temporales.

Ojos:

sin presencia de ptosis o edema
- observación simétrica y coloración
sin ningún problema.

- con la con lentitud
ya que tiene presencia de vizio
Cintado

Oídos:

- sin presencia de inflamación o alguna presencia de oídos.
- lo que me comentó la paciente que no cuenta con anginas y problemas de alergia y de voz cuando de inflamación de la oreja.

Nariz:

- sin presencia de alergia nasal
- coloración y forma normales

Boca:

- sin presencia de lesiones en la boca o en labios.
- solo tiene una protosis de diente en boca y en diente caninos.

IMC

IMC = ?

Talla = 1.58

Peso = 66 Kg

$$\frac{1.58^2}{66 \text{ Kg}} = 27.5$$

IMC: 27.5

Tabla

Indice de masa
corporal (IMC)

- paciente presenta de
sobrepeso ha estado en
para muchos hermanos

menor a peso bajo
18.99

18.50 a 24.99 peso normal

25 a 29.99 sobrepeso

30 a 34.99 obesidad leve

35 a 39.99 obesidad media

mayor a 40 obesidad severa

Masa Corporal

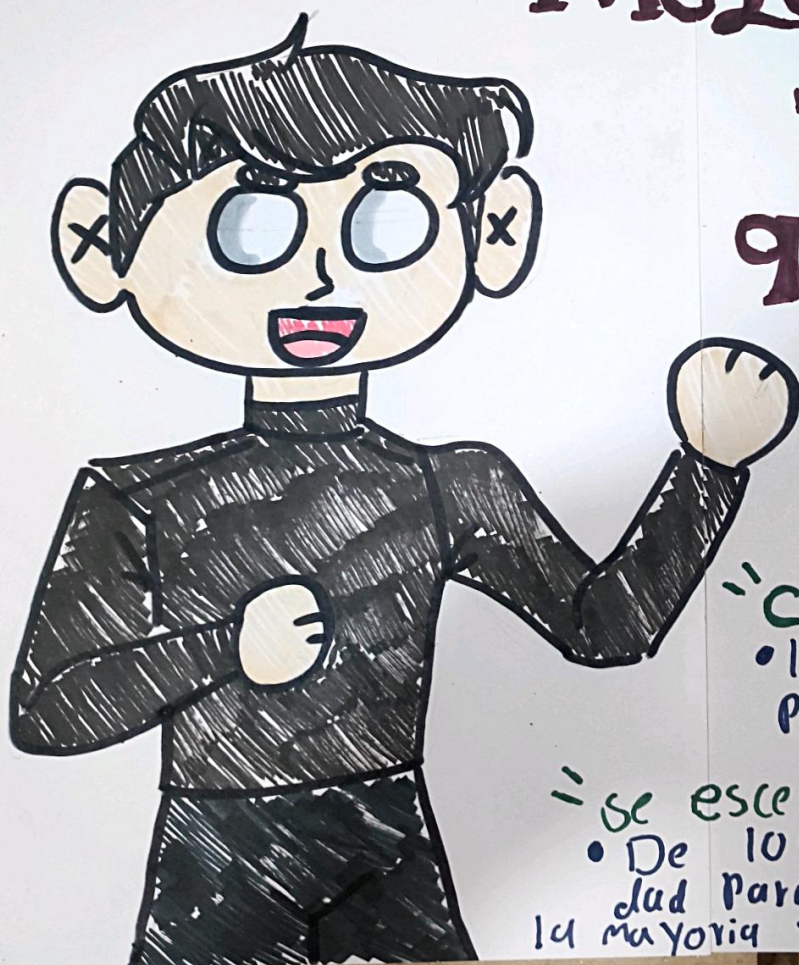
edad = 62 años

Masa Corporal: 27.0

60.0 - 69.9 = 16.0 , 18.0 , 20.0 , 22.0 , 27.0

Laboratorio Viales

Prueba	Resultado	Rangos normales
Glucosa:	95 mg. / dl	60 - 110
urea:	38.9 mg. / dl	12.8 - 47.1
ácido úrico:	5.9 mg. / dl	2.1 - 5.7
Colesterol:	191 mg. / dl	0 - 220
Triglicéridos:	182 mg. / dl	0 - 200



Mejora tus alimentos

"Basatú dieta"

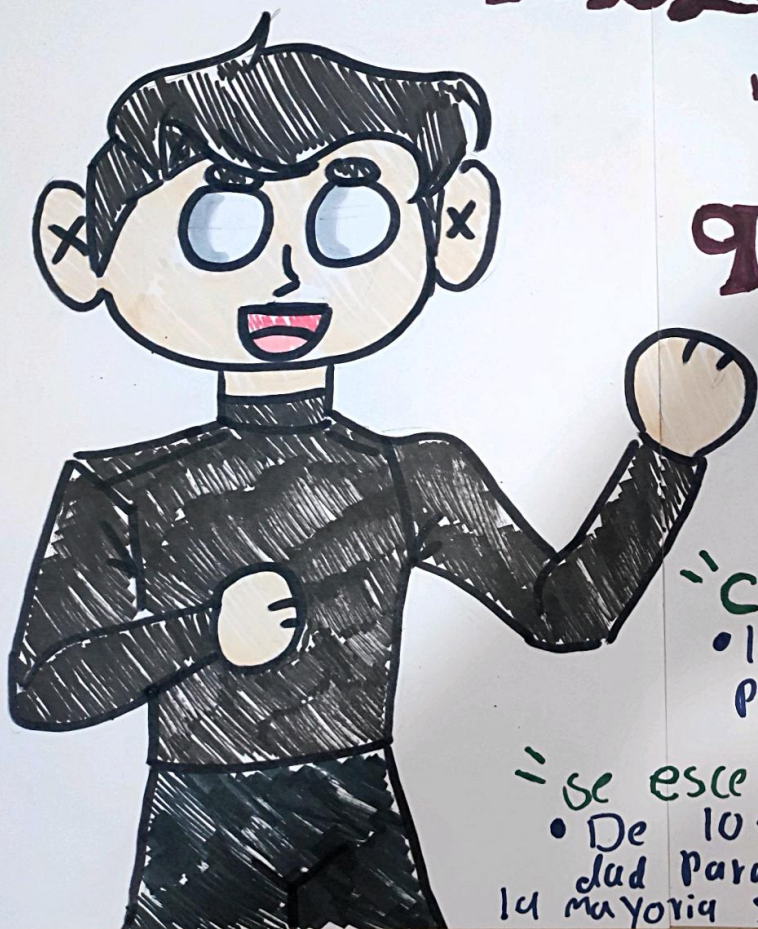
- En alimentos naturales y evita el consumo de productos ultraprocesados.

"Compra en"

- lugares donde encuentres principalmente alimentos naturales, como tianguis y mercados.

"Se exceptivo"

- De los mensajes en la publicidad para alimentos y bebidas. la mayoría son de ultra procesados.



Mejora tus alimentos

"Basatu dieta"

- En alimentos naturales y evita el consumo de Productos ultra procesados.

"Compra en"

- lugares donde encuentres principalmente alimentos naturales, como tianguis y mercados.

"Se escéptico"

- De los mensajes en la publicidad para alimentos y bebidas. la mayoría son de ultra procesados.