

UNIVERSIDAD DEL SURESTE CUDS)

NOMBRE DEL ALUMNO: JOSUE MARROQUIN SANCHEZ

NOMBRE DEL TEMA: ABC DE LA NUTRICION

PARCIAL: UNIDAD 2

NOMBRE DE LA MATERIA: NUTRICION CLINICA

NOMBRE DEL PROFESOR: KARLA JAQUELINE FLORES AGUILAR

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: ENFERMERIA

CUATRIMESTRE: 3

COMITAN DE DOMINGUES CHIADAS; 14 DE JUNIO 2025

"INTRODUCCION"

La evaluación nutricional es una herramienta fundamental para conocer el estado de salud de una persona desde el enfoque alimentario y clínico. Este trabajo se centra en el análisis integral de un paciente, comenzando con la recolección de sus datos personales, y médicos, lo que permite contextualizar su situación actual. A partir de ello, se realiza una evaluación clínica para identificar signos físicos que puedan indicar desequilibrios nutricionales o enfermedades relacionadas con la alimentación.

También se estudia el estilo de vida del Px, incluyendo sus hábitos alimenticios, nivel de actividad física y rutinas diarias, ya que estos factores influyen directamente en su nutrición. Asimismo, se lleva a cabo una evaluación antropométrica que permite medir y analizar parámetros como el peso, la talla y IMC, fundamentales para establecer un dx nutricional.

También como complemento a la parte clínica, se incluye la elaboración de un cartel de promoción sobre calidad y seguridad alimentaria, con el objetivo de informar y fomentar prácticas seguras en el manejo de los alimentos. Este presente trabajo busca integrar conocimientos teóricos y prácticos que contribuyan al bienestar del Px y a la educación de la salud.

EVALUACION CEFALOCAUDAL

CABEZA:

- *CRANEO: NORMOCeFalo, simétrico, sin deformidades ni lesiones visibles. Forma redonda.
- *CABELLO: bien distribuido, sin alopecia ni signos de infestación
- *CUERO CABELLUDO: íntegro, sin lesiones, descamación ni masas palpables.

OJOS:

- *Pupilas: isocóricas y reactivas a la luz.
- *Agudeza visual: dentro de los límites normales.
- *Color de ojos: negros.

OÍDOS:

- *Orejas: simétricas sin lesiones ni malformaciones.
- *Audición: es buena responde bien a los estímulos verbales.

NARIS:

- *Fosas nasales: bien hidratadas
- *Naris: sin malformaciones o anomalías.

BOCA:

- *Labios: bien hidratados, sin lesiones.
- *Dientes: sin caries y buen estado de higiene.
- *Amígdalas: sin inflamación.

CUELLO:

- MOVILIDAD: conservada sin rigidez sin ganglios.

TORAX:

- FORMA: simétrico, con movimientos respiratorios normales.
- Respiración: es normal dentro de los VN.
- Auscultación cardíaca: ruidos cardíacos rítmicos.

ADDOMEN:

- Inspección: plano, sin cicatrices.
- Palpación: es blanda, depresible, sin dolor.

EXTREMIDADES SUP Y INF.

- Simetría: conservada sin deformaciones
- Fuerza y marcha: normal

SISTEMA NEUROLÓGICO:

- Estado de conciencia: alerta, orientado en tiempo y lugar y persona.
- REFLEJOS Y SENSIBILIDAD: normales y íntegros, sin alteraciones.

PIEL Y UÑAS:

- Color: blanca, sin palidez.
- Uñas: rosadas sin signo de hipoxia.

DATOS DEL PACIENTE

FECHA: 10/06/2025

NOMBRE: NORBERTO ANIDAN OZUNA ZEPEDA

SEXO ☒ M ☐ F

FECHA DE NACIMIENTO: 28 de FEBRERO 2005

EDAD: 20 años

DIRECCION: FRACCIONAMIENTO EL PRADO

TELEFONO: 962-400-4776

ESTADO CIVIL: SOLTERO

Ocupacion: ESTUDIANTE

VIVE CON: HERMANO

TIPO DE SANGRE: O+

E-mail: ozunaaazepeda@gmail.com

ESTILO DE VIDA

FUMA: ☐ SI ☒ NO ALCOHOL: SI ☐ NO ☒

ACTIVIDAD FISICA: ☒ SI ☐ NO

HORARIO / DIAS: ☐ LUNES A VIERNES ☒ SABADO Y DOMINGO

HORA: DE 4 A 6 PM

HORAS DE SUEÑO: 7hrs Aprox

DISCAPACIDAD FISICA: NINGUNA

MOTIVO DE LA CONSULTA:

EVALUACION CLINICA

PARAMETRO	RESULTADO	VN	INTERPRETACION
GLUCOSA en ayunas	89 mg/dL	70-99 mg/dL	NORMAL
colesterol total	178 mg/dL	200 mg/dL	NORMAL
colesterol LDL	102 mg/dL	130 mg/dL	Acceptable
colesterol HDL	48 mg/dL	40 mg/dL	Bueno
Triglicéridos	112 mg/DL	150 mg/dL	NORMAL
Acido urico	5.8 mg/DL	3.5-7.2 mg/dL	NORMAL

EVALUACION ANTROPOMETRICA

Peso Inicial	67 kg	Talla	165 cm	IMC Inicial	23.0
Peso Ideal	61 A 65 kg	Peso Ajustado		Peso Deseado	65 kg
Peso (kg)	67 kg				
Peso (lbs)	147.71 lbs				
CIRCUNFERENCIAS					
BRAZO RELAJADO	29 cm				
BRAZO CONTRAIDO	33 cm				
CIENTURA	88 cm				
ABDOMEN	87 cm				
CADERA	85 cm				
PANTORILLA MAX	34 cm				
PLIEGUES					
SUBESCAPULAR	10 mm				
TRICIPITAL	13 mm				
BICIPITAL	7 mm				
SUPRAESPINAL	10 mm				
Abdominal	15 mm				
MUSLO medial	47 cm				
PANTORILLA MEDIAL	24 cm				

"CALIDAD Y SEGURIDAD ALIMENTARIA"

✓ CONSUME FRUTAS Y VERDURAS TODOS LOS DIAS.

✓ PREFIERE ALIMENTOS NATURALES SOBRE LOS PROCESADOS.



✓ TOMA SUFICIENTE AGUA DE 6 A 8 VASOS AL DIA.

* HAZ 3 COMIDAS PRINCIPALES Y 2 COLACIONES SALUDABLES.

* MASTICA DESPACIO Y DISFRUTA TU COMIDA.

* EVITA REFRESCOS Y JUGOS AZUCARADOS.

* LAVATE LAS MANOS ANTES DE COMER.

"TU CUERPO ES EL REFLEJO DE LO QUE COMES"



"BIBLIOGRAFIAS"

- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020). Guías sobre evaluación del estado nutricional. Ginebra: OMS.
- Gibney, M. J., Lanham-New, S. A., Cassidy, A., y Vorster, H. H. (2013). Introducción de nutrición humana (2nd ed).
- Cortés Castell, E., y Ortega Anta, R. M. (2022). Evaluación del estado nutricional. Editorial médica Panamericana.
- Ministerio de salud de México. (2023). Norma oficial mexicana NOM-043-SSA2-2023, servicios básicos de salud. Promoción y educación para la salud en materia alimentaria.
- Escrivá, M. V., y Gonzales, L. E. (2019). Manual de seguridad alimentaria. Editorial Síntesis
- Krause, M., y Mahan, L. K. (2020). Fuente indispensable de la nutrición clínica y evaluación del estado nutricional.