



Mi Universidad

Super nota

Alexa Paola Bermúdez Fernández

4to Parcial

Epidemiología

Luz Elena Cervantes Monroy

Nutrición

6to cuatrimestre

Comitán de Domínguez, Chiapas a 25 de julio del 2025

INFRMACION GENERAL			
Nombre de la Lic.	Enfermería	Cuatrimestre	6to
Nombre del alumno	Alejandra Montserrat Aguilar Díaz	Fecha de Nacimiento	21/08/05
Fecha de nacimiento		Sexo	F M
Dirección		Teléfono 9631873077	
DATOS ANTROPOMETRICOS			
Peso 1 <u> 56.2 </u> Kg	Cintura 1 <u> 79.4 </u> cm	Muñeca 1 <u> 14.9 </u> cm	
Peso 2 <u> 56.2 </u> Kg	Cintura 2 <u> 78.5 </u> cm	Muñeca 2 <u> 14.6 </u> cm	
Talla 1 <u> 1.60 </u> m	Cadera 1 <u> 92 </u> cm	IMC 1 <u> </u> Kg/m ²	
Talla 2 <u> 1.60 </u> m	Cadera 2 <u> 92.5 </u> cm	IMC 2 <u> </u> Kg/m ²	
DIARIO DIETETICO			
Actividad Física	Baja	Moderada	Alta
Consumo de suplementos	Tipo	Cantidad	
REGISTRO DE 24 HRS			
Añade sal a la comida	si	no	A veces
Ingesta de bebidas alcohólicas	si	no	A veces
Desayuno	Lugar/Hora	<u> </u> / <u> </u>	
9:00 PM, en casa Frijol en grano 2 cdas soperas, salsa, chicharrón de ebra 70 gr, 2 tortillas, 1 taza de café, con azúcar			
Media mañana	Lugar/ Hora	<u> </u> / <u> </u>	
NADA			
Comida	Lugar/Hora	<u> </u> / <u> </u>	
3:00 PM en casa Consomé de camarón y ceviche, un plato, 3 porciones, 6 tostadas fritas (grandecitas), picante habanero, 1 vaso de refresco fanta de naranja			
Media tarde (Merienda)	Lugar/Hora	<u> </u> / <u> </u>	
NADA			
Cena	Lugar/Hora	<u> </u> / <u> </u>	
12:00 AM, restaurante 3 tacos de asada de doble tortilla, limón, salsa y un poquito de pico de gallo, 1 jugo del valle de durazno			

INFRMACION GENERAL			
Nombre de la lic		Cuatrimestre	
Nombre del alumno	Yuridia Aguilar Montero	Fecha de Nacimiento	07/07/05
Fecha de nacimiento		Sexo	F M
Dirección		Teléfono 9633462315	
DATOS ANTROPOMETRICOS			
Peso 1	58.9 Kg	Cintura 1	84.4 cm
Muñeca 1	14.4 cm	Peso 2	58.9 Kg
Muñeca 2	14.5 cm	Cintura 2	84 cm
Talla 1	1.52 m	Cadera 1	103.4 cm
IMC 1		IMC 2	
Talla 2	1.52 m	Cadera 2	102.5 cm
DIARIO DIETETICO			
Actividad Física	Baja	Moderada	Alta
Consumo de suplementos	Tipo: inocitol		Cantidad 1 sobre en la mañana y otro en la noche
REGISTRO DE 24 HRS			
Añade sal a la comida	si	no	A veces
Ingesta de bebidas alcohólicas	si	no	A veces
Desayuno	Lugar/Hora		_____/____
Casa, 8:00 AM 1 Taza de café con leche, 2 quesadillas			
Media mañana	Lugar/ Hora		_____/____
Casa de su tía, 2:00 Pm Estofado, 4 cucharadas, 4 tortillas, 2 de vasos de refresco, fresca			
Comida	Lugar/Hora		_____/____
Media tarde (Merienda)	Lugar/Hora		_____/____
Botana, tinga, elote con mayonesa, salchicha enchipotlada, costillita, pepino, tostadas, 2 vasos de refresco			
Cena	Lugar/Hora		_____/____
3:30 pm, casa 1 rebanada de pastel de 3 leches			

INFRMACION GENERAL			
Nombre de la lic		Cuatrimestre	
Nombre del alumno	Odalis Garcia Morales	Fecha de Nacimiento	
Fecha de nacimiento	28/009/04	Sexo	F M
Dirección		Teléfono 9632277585	
DATOS ANTROPOMETRICOS			
Peso 1	59.2 Kg	Cintura 1	80 cm
Muñeca 1	16 cm	Peso 2	59.2 Kg
Cintura 2	80 cm	Muñeca 2	16 cm
Talla 1	1.60 m	Cadera 1	94 cm
IMC 1		IMC 2	
Talla 2	1.60 m	Cadera 2	94 cm
DIARIO DIETETICO			
Actividad Física	Baja	Moderada	Alta
Consumo de suplementos	Tipo NO	Cantidad	
REGISTRO DE 24 HRS			
Añade sal a la comida	si	no	A veces
Ingesta de bebidas alcohólicas	si	no	A veces
Desayuno	Lugar/Hora _____/_____		
8:00 AM, En casa 1 vaso De avena con azúcar, 1 cda, 3 quesadillas			
Media mañana	Lugar/ Hora _____/_____		
Comida			
Lugar/Hora _____/_____			
En casa, 11:30 AM Mole, 2 piezas de pollo (pierna y muslo), con dos cdas de arroz, un vaso de limonada con azúcar, 4 tortillas			
Media tarde (Merienda)	Lugar/Hora _____/_____		
1:00 Pm Pollo empanizado 3 pzas			
Cena	Lugar/Hora _____/_____		
7:00 PM 3 rebanadas de pizza de pepperoni y una coca			

INFRMACION GENERAL			
Nombre de la lic		Cuatrimestre	
Nombre del alumno	Gretel Escriba Perez	Fecha de Nacimiento	
Fecha de nacimiento	09/10/04	Sexo	F M
Dirección		Teléfono	9616437785
DATOS ANTROPOMETRICOS			
Peso 1	47.6 Kg	Cintura 1	70.5 cm
Muñeca 1	16 cm	Peso 2	47.6 Kg
Cintura 2	70.5 cm	Muñeca 2	16 cm
Talla 1	1.53 m	Cadera 1	89.9 cm
IMC 1		IMC 2	
Talla 2	1.53 m	Cadera 2	89.9 cm
DIARIO DIETETICO			
Actividad Física	Baja	Moderada	Alta
Consumo de suplementos	Tipo: proteína	Cantidad:	un scoop
REGISTRO DE 24 HRS			
Añade sal a la comida	si	no	A veces
Ingesta de bebidas alcohólicas	si	no	A veces
Desayuno	Lugar/Hora	_____/_____ 9:00 AM, en casa	
Caldo de pollo, 1 pza de pollo, (pierna), papa y chayote (mitad), 3 tortillas, agua de pepino con limón, dos vasos con azúcar			
Media mañana	Lugar/ Hora	_____/_____ 12:00 Pm, En casa	
1 manzana			
Comida	Lugar/Hora	_____/_____ 3:00 PM	
1 mojarra frita, ensalada de pepino, tomate, cebolla, frijoles en grano 3 cdas 2 vasos de coca, 4 tortillas			
Media tarde (Merienda)	Lugar/Hora	_____/_____ 	
Cena	Lugar/Hora	_____/_____ 8:00 PM	
1 licuado de plátano con avena, 3 cdas de avena, 2 plátanos, kéfir, leche 1 taza			

INFRMACION GENERAL			
Nombre de la lic			Cuatrimestre
Nombre del alumno	Daniel Alexander Sánchez Morales	Fecha de Nacimiento	
Fecha de nacimiento	18 de julio del 2003	Sexo	F M
Dirección		Teléfono 9631657758	
DATOS ANTROPOMETRICOS			
Peso 1	73.9 Kg	Cintura 1	87 cm
Muñeca 1	15.5 cm	Peso 2	73.9 Kg
Cintura 2	87 cm	Muñeca 2	15.5 cm
Talla 1	1.78 m	Cadera 1	103 cm
IMC 1		IMC 2	
Talla 2	1.78 m	Cadera 2	104 cm
DIARIO DIETETICO			
Actividad Física	Baja	Moderada	Alta
Consumo de suplementos	Tipo: proteína		Cantidad: 1 scoop
REGISTRO DE 24 HRS			
Añade sal a la comida	si	no	A veces
Ingesta de bebidas alcohólicas	si	no	A veces
Desayuno	Lugar/Hora		_____/____
10:00 Am, EN CASA Pechuga con arroz y ½ AGUACATE, 40 pesos de pechuga, 1 taza de arroz, un chocomomilk, un vaso			
Media mañana	Lugar/ Hora		_____/____
11:00 AM 1 manzana, 2 guineos, ¼ de melón			
Comida	Lugar/Hora		_____/____
2:00 Pm, COMEDOR DE LA MAMÁ Hamburguesa y un licuado y una copa, canela, piña quesillo, jamón, tocino, carne y lechuga			
Media tarde (Merienda)	Lugar/Hora		_____/____
Cena			
7:00 PM en restaurant 2 filetes tilapia, media taza de frijol molido, 1 taza de arroz 1 vaso de agua de naranja, pura pulpa			

INFRMACION GENERAL			
Nombre de la lic		Cuatrimestre	
Nombre del alumno	Clara Luz González López	Fecha de Nacimiento	
Fecha de nacimiento	14 de junio del 2004	Sexo	F M
Dirección		Teléfono 9632703290	
DATOS ANTROPOMETRICOS			
Peso 1	65.7 Kg	Cintura 1	84 cm
Muñeca 1	15.6 cm	Peso 2	65.7 Kg
Cintura 2	84 cm	Muñeca 2	15 cm
Talla 1	1.66 m	Cadera 1	94 cm
IMC 1			
Talla 2	1.66 m	Cadera 2	94 cm
IMC 2			
DIARIO DIETETICO			
Actividad Física	Baja	Moderada	Alta
Consumo de suplementos	Tipo	Cantidad	
REGISTRO DE 24 HRS			
Añade sal a la comida	Si	No	A veces
Ingesta de bebidas alcohólicas	Si	No	A veces
Desayuno	Lugar/Hora		_____/____
9:00 AM, en casa Caldo de pollo, 1 pza pierna, 4 tortillas, un vaso de coca			
Media mañana	Lugar/ Hora		_____/____
Comida	Lugar/Hora		_____/____
Media tarde (Merienda)	Lugar/Hora		_____/____
Cena	Lugar/Hora		_____/____
6:00 PM En CASA, POR MOTIVOS DE VIAJE TAQUERIA Tacos de asada, 2 tacos (doble tortilla), salsa, pico de gallo, 1 agua de limón con chía			

INFRMACION GENERAL			
Nombre de la lic		Cuatrimestre	
Nombre del alumno	Esmeralda Yeraldi Lopez Morales	Fecha de Nacimiento	
Fecha de nacimiento	03 de agosto de 2004	Sexo	F M
Dirección		Teléfono 9631360034	
DATOS ANTROPOMETRICOS			
Peso 1	69.9 Kg	Cintura 1	91.5 cm
Muñeca 1	15.7 cm	Peso 2	69.9 Kg
Cintura 2	91.3 cm	Muñeca 2	15.3 cm
Talla 1	1.50 m	Cadera 1	109.4 cm
IMC 1		IMC 2	
Talla 2	1.50 m	Cadera 2	109.3 cm
DIARIO DIETETICO			
Actividad Física	Baja	Moderada	Alta
Consumo de suplementos	Tipo: vitamina E	Cantidad: 1 TABLETA AL DÍA	
REGISTRO DE 24 HRS			
Añade sal a la comida	si	No	A veces
Ingesta de bebidas alcohólicas	si	No	A veces
Desayuno	Lugar/Hora		_____/____
8:00 AM, en casa 1 taza de café con azúcar, 1 pan azucarado			
Media mañana	Lugar/ Hora		_____/____
Comida	Lugar/Hora		_____/____
4:00 PM, en casa Pollo frito, 2 piezas, (pierna y muslo), salsa, 3 tortillas de maíz (grandecitas) Con refresco Pepsi, 2 vasos			
Media tarde (Merienda)	Lugar/Hora		_____/____
Cena	Lugar/Hora		_____/____

INFRMACION GENERAL			
Nombre de la lic		Cuatrimestre	
Nombre del alumno	Andy Michel Velázquez Saenz	Fecha de Nacimiento	
Fecha de nacimiento	26/06/04	Sexo	F M
Dirección		Teléfono 9632511744	
DATOS ANTROPOMETRICOS			
Peso 1	70.6 Kg	Cintura 1	88 cm
Muñeca 1	15.5 cm	Peso 2	70.6 Kg
Cintura 2	88 cm	Muñeca 2	15.5 cm
Talla 1	1.55 m	Cadera 1	110.3 cm
IMC 1			
Talla 2	1.55 m	Cadera 2	110.4 cm
IMC 2			
DIARIO DIETETICO			
Actividad Física	Baja	Moderada	Alta
Consumo de suplementos	Tipo Proteína	Cantidad	1 Scoop
REGISTRO DE 24 HRS			
Añade sal a la comida	si	No	A veces
Ingesta de bebidas alcohólicas	si	No	A veces
Desayuno	Lugar/Hora		_____/____
12:00 PM, en casa Pollo asado, 2 pzas, muslo y pechuga, frijol en grano, 2 cdas, arroz 3 cdas, 4 tortillas, 2 vasos de refresco sprite			
Media mañana	Lugar/ Hora		_____/____
1:00 PM, en casa 1 plátano			
Comida	Lugar/Hora		_____/____
5:00 en casa Huevo con atun, 1 lata de atún, 3 huevos 2 tortillas, cátsup, 2 vasos de agua pura			
Media tarde (Merienda)	Lugar/Hora		_____/____
6:00 PM 1 manzana roja			
Cena	Lugar/Hora		_____/____

INFRMACION GENERAL			
Nombre de la lic		Cuatrimestre	
Nombre del alumno	Valeria Ramos Cancino	Fecha de Nacimiento	
Fecha de nacimiento	15 de Julio del 2005	Sexo	F M
Dirección		Teléfono	9631962868
DATOS ANTROPOMETRICOS			
Peso 1	92.2 Kg	Cintura 1	97 cm
Muñeca 1	18.5 cm	Peso 2	92.2 Kg
Cintura 2	97.1 cm	Muñeca 2	18.5 cm
Talla 1	1.56 m	Cadera 1	125.1 cm
IMC 1		IMC 2	
Talla 2	1.56 m	Cadera 2	125 cm
DIARIO DIETETICO			
Actividad Física	Baja	Moderada	Alta
Consumo de suplementos	Tipo	Cantidad	
REGISTRO DE 24 HRS			
Añade sal a la comida	si	No	A veces
Ingesta de bebidas alcohólicas	si	No	A veces
Desayuno	Lugar/Hora	_____/_____ 2:00 PM, en casa Sopa nissin, agua de horchata un vaso	
Media mañana	Lugar/ Hora	_____/_____	
Comida	Lugar/Hora	_____/_____	
Media tarde (Merienda)	Lugar/Hora	_____/_____	
Cena	Lugar/Hora	_____/_____	
8:00 PM, en casa Pollo hervido con ensalada de pepino, rábano y lechuga, 1 pechuga, 2 tortillas, 1 tza de arroz, 1 vaso de coca			

INFRMACION GENERAL			
Nombre de la lic		Cuatrimestre	
Nombre del alumno	Evelyn Aguilar García	Fecha de Nacimiento	
Fecha de nacimiento	21 de Sep de 2004	Sexo	F M
Dirección		Teléfono	9631624054
DATOS ANTROPOMETRICOS			
Peso 1	58.6 Kg	Cintura 1	82 cm
Muñeca 1	14.4 cm	Peso 2	58.4 Kg
Cintura 2	81 cm	Muñeca 2	14.4 cm
Talla 1	1.61 m	Cadera 1	97.4 cm
IMC 1			Kg/m ²
Talla 2	1.61 m	Cadera 2	97 cm
IMC 2			Kg/m ²
DIARIO DIETETICO			
Actividad Física	Baja	Moderada	Alta
Consumo de suplementos	Tipo	Cantidad	
REGISTRO DE 24 HRS			
Añade sal a la comida	si	No	A veces
Ingesta de bebidas alcohólicas	si	No	A veces
Desayuno	Lugar/Hora	_____/_____	
12:00 PM, en casa Caldito de pollo, ½ de pechuga, chayote 1/2, 2 tortillas, chile y limón, agua de nance con azúcar, 4 vasos			
Media mañana	Lugar/ Hora	_____/_____	
Comida	Lugar/Hora	_____/_____	
4:00 PM, casa de tía Botanas de mariscos. Bastantes, camarón y pulpo, tostada frita, 15 tostadas, 5 vasos de refresco, coca			
Media tarde (Merienda)	Lugar/Hora	_____/_____	
7:30 PM, CASA DE TÍA Palomitas 1 bolsa, y un mango			
Cena	Lugar/Hora	_____/_____	
10:00 PM, Casa de tía café con azúcar y pan (salvadillo)			

INFRMACION GENERAL			
Nombre de la lic		Cuatrimestre	
Nombre del alumno	Albores Vázquez Luz Patricia	Fecha de Nacimiento	
Fecha de nacimiento	28 de diciembre del 2005	Sexo	F M
Dirección		Teléfono	9632307628
DATOS ANTROPOMETRICOS			
Peso 1	116.5 Kg	Cintura 1	122.5 cm
Muñeca 1	15.4 cm	Peso 2	116.5 Kg
Cintura 2	122.5 cm	Muñeca 2	15.3 cm
Talla 1	1.63 m	Cadera 1	138.5 cm
IMC 1		IMC 2	
Talla 2	1.63 m	Cadera 2	138.5 cm
DIARIO DIETETICO			
Actividad Física	Baja	Moderada	Alta
Consumo de suplementos	Tipo	Cantidad	
REGISTRO DE 24 HRS			
Añade sal a la comida	si	no	A veces
Ingesta de bebidas alcohólicas	si	no	A veces
Desayuno	Lugar/Hora	_____/_____	
10:00 PM, en casa 2 quesadillas, agua de maracuyá, 2 vasos			
Media mañana	Lugar/ Hora	_____/_____	
12:00 PM, en casa Rambutanes 3 pzas			
Comida	Lugar/Hora	_____/_____	
2:00 PM, casa de familiar Mole, 2 pzs de pollo, un muslo y ala, arroz 2 cdas, 2 tortillas, 2 vasos de agua de nance			
Media tarde (Merienda)	Lugar/Hora	_____/_____	
Cena	Lugar/Hora	_____/_____	