

Modulo 2

Actividad en plataforma.

Docente: Lic. Gabriela Cano

Total de puntos: 10

Caso clínico:

Carmen tiene 64 años de edad, diagnostico de DM2 hace 4 años.

Laboratorio: Glic: 155 mg/dl, Col-t: 198 mg/dl, Tgl 133 mg/dl, Col-HDL 80, Col- LDL 103 mg/dl.

Urea: 45, Creatinina 1.0

Tiene una HbA1c de 8.3%, fue al diabetólogo y le pidió que con la dieta mejore sus niveles de glucemia y que vuelva en tres meses con sus análisis actualizados. Le sugirió una HbA1c de 7 o menos.

No tiene ninguna complicación de la diabetes según sus estudios.

Carmen en la consulta nutricional comenta que es ama de casa y de mañana hasta la tarde le toca cuidar a su nieto de 4 años. Ella es la encargada de la preparación de las comidas en la casa. Muchas veces se olvida de tomar sus medicamentos.

Tratamiento médico: Metformina 850 en desayuno, almuerzo y cena. Atorvastatina de 40 después de la cena, vitamina C.

Aumento 3 kilos en los últimos 2 meses.

Peso actual: 79kg

Talla: 162 cm

Anamnesis:

06:00 Mate con remedios yuyos (hoja de mango, ajenojo y hojas de Stevia

10:00 1 sándwich de queso y jamón, galletitas dulces con su nieto o suele comer 2 bananas. para poder tomar terere.

13:00 Prepara el mismo menú para ella y el nieto.

Sus menús más habituales:

Caldo de verduras con mandioca

Guiso de arroz con pollo y palitos integrales

Sopa de porotos con tortillitas (3)

Fideo a la manteca con pancho

Pure de papas con milanesa frita

Guiso de fideos con papa y pollo.

15:00 algo dulce. Puede ser dulce de mamon, queso con miel o 1 banana.

17:00 Cocido con leche y palitos integrales

21:00 ya no cocina, come si sobro algo del almuerzo o vuelve a tomar cocido con leche y palitos.

Bebidas habituales: agua, jugo en polvo y los fines de semana un vaso de coca.

Le gustan todas las verduras, pero su nieto no come, entonces ya no prepara

Actividades:

- 1) En educación alimentaria, ¿qué podemos sugerir a Carmen? 2P
- 2) Según el modelo del plato saludable, y los menús que ella realiza, ¿cómo podemos adaptar? Incluye una foto del mismo con su distribución de macronutrientes, puede ser de almuerzo o cena. 8P