

Ejercicio de EVALUACIÓN DE LA DIETA, para realizar el consejo dietetico al paciente infantil

INSTRUCCIONES:

1. Considerando la relación de alimentos consumidos en un periodo de 5 días incluyendo un fin de semana, determine si el consumo es adecuado o deficiente o en exceso realice (Cuadro 1):

Paciente masculino de 4 años de edad

Cuadro 1 Alimentos consumidos en un periodo de 5 días . Datos proporcionados por la madre del menor

	DESAYUNO	COMIDA	CENA	RECREO	TARDE	OTROS EXTRAS
DIA 1 sabado	Tamal, atole, Papaya	Refresco, Arroz, Calabazas con carne de res	Pan de dulce Leche	Paleta	Chocolate	Gomitas
DIA 2 domingo	Huevo Yogurth Licuado de plátano	Refresco Caldo de Gallina Frijoles	Cereal	Danonino	Galletas	Sabritas
DIA 3 lunes	Tamal Leche 1 manzana	Agua de avena Pechuga asada Arroz y frijoles	Quesadillas de queso Leche	Paleta de dulce Chicle		Chocolate
DIA 4 martes	1 platano quesadilla de queso Café con leche	Sopa de calabazas con queso Agua simple 1 naranja	Pan de dulce Leche con chocolate	Danonino	Paleta de dulce	Palomitas de caramelo
DIA 5 miercoles	Gelatina Pan de dulce Atole	Filete empanizado Ensalada de lechuga	Tostada de pollo Jugo	Galletas	Gansito	

Nota ; con verde estan marcados los alimentos del grupo de frutas y verduras, con rosa las carnes
Con amarillo los correspondientes a lacteos , con negro los cereales y con rojo los del grupo de
hidratos de carbono.

2. Responda el cuestionario sobre porciones adecuadas en la dieta de un infante con la edad
sugerida. (si lo requiere puede apoyarse en el cuadro 2)

3. Responda el cuestionario sobre tiempo total de exposición a acidos (si lo requiere puede
apoyarse en el cuadro 3 sobre momentos de acogénesis con relación a los alimentos consumidos)

4. Resuelva el ejercicio sobre recomendaciones dietéticas para el paciente con base en los análisis anteriores

Cuadro 2. EVALUACIÓN DE LA DISTRIBUCIÓN DE ALIMENTOS CONSUMIDOS POR GRUPO ALIMENTICIO

GRUPO	DESAYUNO	COMIDA	CENA	ENTRE COMIDA	PROMEDIO DIARIO	PROMEDIO RECOMENDADO	DIFERENCIA	DEFICIENCIAS O EXCESO
LECHE								
CARNE								
FRUTAS								
PAN Y CEREAL								

CUADRO 3. CALCULO DE TIEMPO DE EXPOSICIÓN A ACIDOS POR EL TIPO DE ALIMENTOS CONSUMIDOS CON POTENCIAL CARIOGÉNICO.

DIA	ESCALA	No. DE EXPOSICION A CARBOHIDRATOS ENTRE COMIDAS	TIEMPO DE ACIDOGENESIS
	1.- SIN AZÚCAR 2.- CON AZÚCAR EN LAS COMIDAS 3.- CON AZÚCAR ENTRE COMIDAS		20 MIN POR EL NÚMERO DE EXPOSICIONES
1			
2			
3			
4			
5			
TOTAL			