



DIETÈTICA HUMANA

SEMINARI 4: *Síndrome Metabòlic 1, 2014-15*

Un cas pràctic

Important

El treball s'haurà de fer conjuntament en grup de sis estudiants.

S'haurà de lliurar un treball per grup al finalitzar el seminari

Aquest treball No és avaluable

GRUP SEMINARI

INTEGRANTS DEL GRUP:

N	NOM	COGNOMS	DNI	SIGNATURA
1				
2				
3				
4				
5				
6				



Cas Presencial

Dades personals: La Sra. Carme Villa es infermera d'un hospital comarcal, treballa en el torn de tarda. Te 29 anys i viu sola.

Antecedents familiars: mare amb obesitat i diabetis tipus II, pare amb sobrepès i hipertens. Germana de 20 anys prima.

Antecedents personals: tot correcte.

Historia ponderal: la Carme ha tingut sempre un pes estable al voltant dels 70kg i des de que treballa en aquest horari (15-21h) ha anat engreixant-se paulatinament. No ha fet mai dieta però segons manifesta "sempre s'ha cuidat i ha vigilat el que menja".

Activitat física: Des de petita jugava a bàsquet, activitat que va haver de deixar al començar els estudis d'infermeria.

Dades antropomètriques: Pes: 80kg Alçada: 1,65m Perímetre de la cintura: 86cm

Analítiques:

- Colesterol total: 200mg/dl
- HDL: 30 mg/dl.
- LDL: 150 mg/dl.
- TG: 200 mg/dl.



RECORDATORI ALIMENTARI DE 24H

A casa

10:30 **Esmorzar:** Llet semidesnatada + cereals integrals xocolata

13:30 **Dinar:** Amanida complerta (enciam, tomàquet, 20g formatge feta, blat moro, olives, 1 llauna de tonyina, 1 poma) amb salsa rosa (2 c/s).

Una llauna de Coca cola

logurt grec amb avena (1 c/s)

A la Feina

15:30 Office: Tallat amb sucre (1 sobre) + 1 magdalena

17:00 Bar: Entrepà formatge + 1 llauna coca cola light

18:00 Planta: 2 bombons

20:00 Office: Suc de pinya i 2 paquets galetes María (8 galetes)

A casa

23:00 **Sopar:** Macedònia amb 2 iogurts naturals (kiwi, poma, plàtan, raïm)

Menta polioli + sucre (1 sobre)

1 porció xocolata negra veien la Tv



Informació per realitzar el treball:

1. Situa el seu índex de massa corporal dintre de la classificació i valora factors de risc.
2. Objectius del tractament dietètic (a curt i llarg termini)
3. Valora aquest recordatori de 24h, fes un recompte de racions de cada grup d'aliments. Identifica els desequilibris que presenta (excés-mancances)
4. Fes una proposta de pla alimentari tenint en compte la seva situació.

Entrega per grup:

-Fes un díptic d'informació per el pacient que contingui:

- **3 objectius del tractament a curt termini**
- **les recomanacions més importants o links on trobar la informació**
- **una proposta de menú per 24h**