INFORME SEGUIMIENTO NUTRICIONAL
Del 11 de febrero al 10 de marzo de 2021

OBJETIVO GENERAL
Proporcionar los elementos conceptuales y metodológicos para la detección de riesgo nutricional de los adultos mayores institucionalizados en la fundación Sonrisa de amor en especial de aquellos que requieren de una dieta especial ya se por patología crónica o por baja talla

CBA	Fundación Sonrisas de Amor
Actividades realizadas	• Se identificó las escalas de evaluación del estado nutricional de todos los adultos mayores residentes de la fundación sonrisa de Amor, entregando recomendaciones a la directora de la fundación para su debido y estricto manejo • Se conoció la situación nutricional de todos los adultos mayores, residentes de la fundación Sonrisas de Amor, información que se deja de manera detallada en el seguimiento individual que se le lleva a cada uno de ellos • Después de conocer el estado nutricional de todos los adultos mayores residentes de la fundación Sonrisas de Amor, se anexa informo con la conducta sugerida para velar por la salud nutricional de cada uno de ellos
Recomendaciones	Se recomienda hacer el Tamizaje del Estado Nutricional a todos los adultos mayores, enfermos o saludables. Llevar de manera permanente las recomendaciones entregadas para cada adulto mayor, también orientar específicamente hacia aquellos adultos mayores con discapacidad y dependencia funcional
Minuta	Se deja recomendación para la aplicación de la minuta correcta para cada uno de los adulto mayores de acuerdo a su condición y estado de salud. La misma deberá ser llevada de manera cumplida para podee hacer un seguimiento positivo en cada uno de lo caso
NOTA IMPORTANTE	EL 78% DE LOS ADULTOS MAYORES SE ENCUENTRAN CON BAJO PESO. DOS DE ELLOS SI NO SE ATIENDEN CON CELERIDAD PODRIAN ESTAR EN CONDICION DE DESNUTRUCCION

	POR TANTO SE SUGIERE SEGUIR ESTRICTAMENTE LA DIETA

DESAYUNO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servido*
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche en polvo ó	Todos los días	15,6 g	15,6 g	120 cc	4 onzas de leche
Leche entera pasteurizada		120 cc	120 cc		
Carnes- huevos-quesos					
Huevo	Todos los días	55 gr	50 gr	50 gr	1 unidad
Queso campesino		40 g	40 g	40 g	1 porción mediana- 2 lonchas
Derivados de cereal**					
Pan o arepa o envuelto, etc	Todos los días	70 g	70 g	70 g	1 ½ unidad mediana
Cereales para colada (Trigo o Maíz o Avena o Cebada)	3 veces/semana	14 g	14 g	14 g	1 cucharada rebosada, para elaboración de colada (½ agua - ½ leche)
Fruta					
Fruta entera	Todos los días	126 - 266 g	120 g	120 g	1 porción mediana
Azúcares					
Azúcar ó	Todos los dias	14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colmada — 8 onzas de bebida caliente ó 240 cc (½ agua - ½ leche)
Panela ó		14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colmada
Chocolate		14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colmada
Grasa					
Aceite o Mantequilla	Todos los días	6 cc	6 cc	6 cc	½ cucharada

REFRIGERIO DE LA MAÑANA

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servido
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Leche en polvo ó	4 veces/semana	15,6 g	15,6 g	120 cc	4 onzas de leche
Leche entera pasteurizada		120 cc	120 cc		
Derivados de cereal**					
Pan ó torta ó	Todos los días	60 g	60 g	50 g	1 ½ unidad mediana, 1 porción mediana
Galletas de dulce ó sal ó waffer		21 g	21 g	21 g	3 unidades
Cereales para colada (Trigo o Maíz o Avena o Cebada)	3 veces/semana	14 g	14 g	14 g	1 cucharada rebosada, para elaboración de colada (½ agua - ½ leche)
Fruta					
Entera ó	Todos los días	105 - 222 g	100 g	100 g	1 porción mediana
en jugo		47 - 100 g	45 g	240 cc	8 onzas de jugo
Azúcares					
Azúcar ó	Todos los dias	14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colmada — 8 onzas de bebida ó 240 cc
Panela ó		14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colmada

REFRIGERIO DE LA TARDE

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servido
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Lácteos					
Yogurt ó Kumis ó	Todos los días	150 cc	150 cc	150 cc	5 onzas
Queso campesino		40 gr	40 gr	40 gr	1 porción mediana- 2 lonchas
Fruta					
Fruta entera	Todos los días	126 - 266 g	120 g	120 g	1 porción mediana
Derivados de cereal**					
Hojaldre	4 veces/semana	40 gr	40 gr	40 gr	1 unidad
Galletas de dulce ó sal ó waffer		21 gr	21 gr	21 gr	3 unidades (de 7 g)

	Calorías	Proteínas g	Grasa g	Carboh. g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL APORTE REFRIGERIOS	**550**	**14,1**	**12,6**	**94,3**	**353,0**	**4,6**	**0,6**
ADECUACION	**23,2%**	**17,0%**	**16,0%**	**28,4%**	**44,1%**	**32,7%**	**8,6%**

ALMUERZO

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servido
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Sopa o crema***					
Verduras	Todos los días	14 - 20 g	12 g	150 cc	5 onzas
Cereal		9 g	9 g		
Raices/Tubérculos/Plátanos		17 - 25 g	15 g		
Leguminosa		2 g	2 g		
Seco					
Carnes, huevo, leguminosas					
Carne roja	3 veces/semana (Vísceras una vez cada 15 días)	100 g	100 g	65 g	1 porción mediana
Carne blanca	3 veces/semana	Pechuga: 137 g Pierna: 143 g Pernil: 150 g Atún lomo: 100 g	100 g	80 g (sin hueso) Atún: 100 g	1 porción mediana
Huevo	1 vez / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Leguminosa	2 veces / semana	20 g	20 g	56 g	4 cucharadas medianamente colmadas
Cereal					
Arroz ó	6 veces/semana	40 g	40 g	90 g	5 cucharas soperas
Pasta	1 vez / semana	40 g	40 g	91 g	5 cucharas soperas
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal****					
Papa, plátano, ñame, etc ó	5 veces/semana	83 - 116 g	70 g	69 g	1 unidad mediana
Arepa o envuelto, etc	2 veces/semana	50 g	50 g	50 g	1 unidad mediana
Hortalizas - verduras					
Verdura	Todos los días	57 - 85 gr	50 g	50 g	4 cucharas soperas
Frutas					
Entera ó	Todos los días	105 - 222 g	100 g	100 g	1 porción mediana
en jugo		47 - 100 g	45 g	240 cc	8 onzas de jugo
Azúcares					
Azúcar ò	Todos los dias	14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colmada — 8 onzas de bebida ó 240 cc
Panela		14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colmada
Grasa					
Aceite	Todos los días	16 cc	16 cc	16 cc	1 ½ cucharada

COMIDA / CENA

Grupo Alimento	Frecuencia	Cantidad			Unidad Casera de Servido
		P. Bruto	P. Neto	P. Servido	
Seco					
Carnes, huevo, leguminosas					
Carne roja	3 veces/semana (Vísceras una vez cada 15 días)	100 g	100 g	65 g	1 porción mediana
Carne blanca	3 veces/semana	Pechuga: 137 g Pierna: 143 g Pernil: 150 g Atún lomo: 100 g	100 g	80 g (sin hueso) Atún: 100 g	1 porción mediana
Huevo	1 vez / semana	55 g	50 g	50 g	1 unidad
Cereal					
Arroz ó	6 veces/semana	40 g	40 g	90 g	7 cucharas soperas
Pasta	1 vez / semana	40 g	40 g	91 g	7 cucharas soperas
Tubérculo / plátano / Derivados de cereal****					
Papa, plátano, ñame, etc ó	5 veces/semana	83 - 116 g	70 g	69 g	1 unidad mediana
Arepa o envuelto, etc	2 veces/semana	50 g	50 g	50 g	1 unidad mediana
Hortalizas - verduras					
Verdura	Todos los días	57 - 85 gr	50 g	50 g	5 cucharas soperas
Frutas					
Entera ó	[illegible]	105 - 222 g	100 g	100 g	1 porción mediana
Azúcares					
Azúcar ò	Todos los dias	14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colmada — 8 onzas de bebida ó 240 cc
Panela		14 g	14 g	14 g	1 cucharada medianamente colmada
Grasa					
Aceite	Todos los días	16 cc	16 cc	16 cc	1 ½ cucharada

APORTE NUTRICIONAL PROMEDIO SEMANAL MINUTA PATRÓN

	Kcal	Proteina g	Lípidos g	CHO g	Calcio mg	Hierro mg	Zinc mg
TOTAL DIARIO PROMEDIO MINUTA PATRÓN	**2421**	**86,1**	**78,8**	**321,0**	**820,0**	**18,4**	**3,0**
RECOMENDACIONES DIARIAS (18-49 AÑOS 11 MESES)	**2373**	**83,2**	**79,2**	**332,0**	**800,0**	**14,0**	**7,5**
% ADECUACIÓN	**102,0%**	**103,4%**	**99,6%**	**97,6%**	**102,0%**	**131,1%**	**39,6%**

NOMBRES Y APELLIDO	TALLA	PESO (Kg)	IMC ADULTOS MAYORES	CLASIFICACIÓN IMC	PATOLOGIA	OBSERVACIONES
Nilce Vargas Sanchez	122	40.2	26.9	***NORMAL***	HTA	DIETA HIPOSÓDICA - BAJA EN GRASA Y ALIMENTOS PROCESADOS
Celimo De Jesus Garcia	167	52.4	18.8	***BAJO PESO***	ALZHEIMER	DIETA BASADA EN LA DIETA PATRON
Bernardo Valencia	161	46.8	18.1	***BAJO PESO***	BIPOLAR	DIETA NORMAL
Jose Willian Valencia	172	56	17.9	***BAJO PESO***	ALZHEIMER - HTA	DIETA NORMAL
Diego Millan	164	60.2	22.4	***BAJO PESO***	SIN PATOLOGIA DE BASE	DIETA NORMAL
Bernando Gonzalez	158	52.4	21.0	***BAJO PESO***	SIN PATOLOGIA DE BASE	DIETA NORMAL
Alberto Panesso	160.9	50	19.5	***BAJO PESO***	SIN PATOLOGIA DE BASE	DIETA NORMAL
Graciela Aguirre	138.7	50	25.9	***NORMAL***	HTA	DIETA HIPOSÓDICA
Maria Oliva Llanos	145	51.4	24.4	***NORMAL***	SIN PATOLOGIA DE BASE	DIETA NORMAL
Abel Antonio Vallejo	161.8	60	23.1	***NORMAL***	HTA. PERDIDA DE VISION PROGRESIVA	DIETA HIPOSÓDOICA
Luis Carlos Cardona	164	53.1	18.7	***BAJO PESO***	HTA	PACIENTE QUE LOGRO ALCANZAR UN I.M.C ADECUADO DE ROJO PASA A VERDE
Carlos Arturo Ríos	160.1	69.8	27.1	***NORMAL***	SIN PATOLOGIA DE BASE	DIETA NORMAL
Maria Ines Sierra	148.5	60.3	27.5	***NORMAL***	ALZHEIMER	DIETA NORMAL
Blanca Nubia Castañeda	143.5	55.1	26.8	***NORMAL***	ALZHEIMER	DIETA NORMAL
Clara Rosa Ocampo	146.3	47.2	22.1	***BAJO PESO***	SIN PATOLOGIA DE BASE	DIETA BASADA EN MINUTA PATRON
Jose Eduardo Herrera	158.9	52.1	20.6	***BAJO PESO***	SIN PATOLOGIA DE BASE	DIETA NORMAL
Gustavo Londoño	158.5	53	21.2	***BAJO PESO***	SIN PATOLOGIA DE BASE	DIETA BASADA EN MINUTA PATRON
Jaime Isaza Duque	169.8	68.9	23.9	***NORMAL***	HTA.ENCEFALOPATIA	DIETA HIPOSÓDOCA ,INGESTA MODERADA DE GRASAS
Ricardo Antonio Carmona	56.9	1.64	21.2	***BAJO PESO***	BIPOLAR	DIETA NORMAL
Ana Sofia Varela	136	40.1	21.7	***BAJO PESO***	HTA-HIPOTIROIDISMO-DESNUTRICION	MANTENER CON ENSURE DOS VASOS AL DIA Y DIETA HIPERPROTEICA
Jairo de jesus Bustamante	156	56.2	23.1	***NORMAL***	SIN PATOLOGIA DE BASE	DIETA NORMAL
Luis Eduardo Ospina	159	55.2	21.8	***BAJO PESO***	ALZHEIMER	DIETA NORMAL

Luis Gonzalo Montoya	161	48.6	18.7	***BAJO PESO***	HTA. DEMENCIA TIPO ALZHEIMER	DIETA HIPOSÓDICA
Sol Lozano de Buitrago	138.2	39.5	20.5	***BAJO PESO***	ALZHEIMER	DIETA BASADA EN LA DIETA PATRON
Jose Eduardo Herrera Leyva	157.7	52.1	20.9	***BAJO PESO***	ALZHEIMER	DIETA NORMAL
Luis Gonzaga Castaño	176	57.7	18.6	***BAJO PESO***	SIN PATOLOGIA DE BASE	DIETA NORMAL
Jorge Enrique	159	59.6	23.6	***NORMAL***	PERDIDA DE MOVILIDAD POR ACIDENTE - EPOC	DIETA NORMAL
Fermín Antonio García	161.8	55.9	21.4	***BAJO PESO***	SIN PATOLOGIA DE BASE	DIETA NORMAL
Maria Teresa Restrepo	60.5	1.41	30.55	***SOBREPESO***	HTA	DIETA HIPOSÓDICA
Luis Arnoldo Restrepo	161	46.8	18.1	***BAJO PESO***	PRESENTA UN DESANIMO PARA COMER	DIETA NORMAL
Maria Dolores Lerma	140.8	44	22.2	**BAJO PESO**	SIN PATOLOGIA DE BASE	DIETA NORMAL
CARLOS HUMBERTO BUITRAGO	31.0	1.30	18.3	**BAJO PESO**	SECUELAS DE MENENGITIS	HIPERPROTEICA CON FRACIONES DE 200 CALORIAS
Romelia Tamayo	42.3	1.35	20.1	**BAJO PESO**	PARALISIS DE M.I	DIETA RICA EN PROTEINA,DIETA ALCALINA ,VEJETALES VERDES
Lucrecia Rivera	45.0	1.46	21.1	**BAJO PESO**	SIN PATOLOGIA DE BASE	DIETA PATRON NORMAL
Mariela Carmona de Ortiz	56.8	1.42	28.4	**NORMAL**	HTAISQUEMIA CEREBRAL PRESENCIA DE MARCAPASO	HIPOSÓDICA BAJA EN GRASA SATURADAS



LICENCIADA LUCERO SALAZAR
DIETISTA - NUTRICIONISTA
UNIVERSIDAD JAVERIANA
Maria lucero Salazar León
Nutricionista













SALIDA DE EMERGENCIA
































