

Tema 5. Pautas para la elaboración de dietas equilibradas para ancianos

Tema 6. Programas nutricionales para el colectivo de ancianos

**Asignatura: Nutrición y Dietética en Colectivos Específicos**

**Dra. M. Arroyo Izaga. UPV/EHU**

### **CASO PRÁCTICO Nº 3**

F.M. es un ejecutivo jubilado que come fuera de casa cuatro veces por semana desde que murió su mujer, el año pasado. Las comidas en casa consisten en recalentar en el microondas comida precocinada. Va al gimnasio dos veces por semana. Después de hacer ejercicio se toma un vino con sus amigos. Hace seis años le diagnosticaron una diabetes tipo 2. La semana pasada fue al médico para su revisión anual. Pesa 115 kg y midió 1,77 m.

1.- En relación al peso corporal ¿qué consejo le darías? Razona tu respuesta

2.- ¿Qué le recomendarías sobre el consumo de bebidas alcohólicas?