



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

ESTADISTICA DESCRIPTIVA

TEMA: ANTROPOMETRIA-ENSAYO

CATEDRATICO: JUAN JESUS AGUSTIN GUZMAN

ALUMNO: MICHELL E. RAMON BORRALLEZ

3° CUATRIMESTRE GRUPO A

TAPACHULA, CHIAPAS A; 5 DE JULIO DEL 2020

MEDIDAS ANTROPOMETRICAS

INTRODUCCION

El término antropometría proviene del griego anthropos (hombre) y metrikos (medida) y trata del estudio cuantitativo de las características físicas del hombre a diferentes edades y estado de nutrición. La antropometría como cualquier otra área de la ciencia, depende de la adhesión a reglas particulares de medición, determinadas por cuerpos. La antropometría, es la ciencia que estudia las medidas del cuerpo humano con el fin de establecer diferencias entre individuos, sexo, edad, razas, nivel socioeconómico entre otros. Se refiere al estudio cuantitativo de las características físicas del hombre y sirve como herramienta fundamental para determinar objetivamente cambios de composición corporal.

DESARROLLO

El estudio antropométrico o antropometría es una evaluación de la composición corporal. Muchas veces, cuando queremos medir nuestros progresos al hacer una dieta, lo que hacemos es pesarnos. Sin embargo, sabemos que el peso es una medida inexacta y poco fiable. Mediante un análisis antropométrico podemos obtener datos como nuestra cantidad o porcentaje de masa muscular y la masa grasa, o el porcentaje de grasa corporal que tenemos en nuestro cuerpo.

Por ejemplo, si tras un estudio antropométrico nos sale un índice de grasa corporal por encima de los rangos de salud establecidos, debemos comenzar una dieta que

sea hipocalórica hasta establecernos en un rango de grasa corporal adecuado. Las principales medidas antropométricas son talla, pliegues cutáneos, circunferencias y diámetros corporales a partir de las cuales se constituyen diversos indicadores que permiten realizar el diagnóstico antropométrico final. La antropometría, nos permite además, conocer su somatotipo, para clasificar el tipo corporal o físico ya sea hectomorfo, mesomorfo o endomorfo.

CONCLUSIONES

La antropometría es importante, porque es un instrumento muy valioso utilizado para tener una adecuada evaluación nutricional, que permite tomar las decisiones clínicas en los individuos, y también en las poblaciones con el propósito de detección y evaluación de las intervenciones, orientando las políticas de salud pública en los aspectos nutricionales.