



NOMBRE DEL ALUMNO – CARLOS ALEXIS  
ESPINOSA UTRILLA

NOMBRE DEL DOCENTE – RODRIGUEZ  
MARTINEZ DANIELA

NOMBRE DEL TRABAJO – ENSAYO ( valoración  
del estado nutricional )

NOMBRE DE LA MATERIA – NUTRICION

GRADO – 3

GRUPO – A

MEDICINA HUMANA .

### Valoración del estado nutricional

La valoración del estado nutricional de una persona es aquel que permite conocer el grado en que la alimentación cubre sus necesidades del organismo , y conociendo su historia clínica y psicosocial para que de esta manera detectar posibles deficiencias y a conocer los factores que influyen en los hábitos alimentarios de una persona , de igual manera la valoración del estado nutricional es considerado un uso inteligente de la anamnesis , junto con la exploraciones clínicas antropométricas y de selección de problemas complementarios que pueden contribuir de forma eficaz a la orientación de los diferentes trastornos nutricionales , puesto que la valoración nutricional tiene como objetivo controlar el crecimiento y estado nutricional del niño sano identificando las diversas alteraciones nutricias , y distinguir los diferentes orígenes primarios o secundarios de los trastornos nutricionales , un punto al recalcar de la valoración nutricional es la anamnesis , que se obtendrá datos a cerca de los familiares y de su entorno social en caso que el paciente sea pediátrico , de igual forma se atenderá los antecedentes personales o datos clínicos relacionados a la alimentación .La exploración clínica , si el paciente es pediátrico el niño tiene que ser inspeccionado desnudo , ya que lo rige la constitución sobre signos de organicidad , puesto que en los coso de sobrepeso e obesidad son fácilmente detectarlos , pero no así la desnutrición ya que hasta , grados avanzados los niños pueden presentar esta patología muy marcada , y al desnudarlos y explorarlos se puede distinguir los niños constitucionalmente delgados de aquellos que están perdiendo masa corporal con algún grado de adelgazamiento de extremidades o glúteos , con la piel laza señal de fusión del panículo adiposo e masa muscular, de igual forma otros aspectos a valora es la presencia de distención abdominal hallazgo muy sugestivo sobre enfermedades digestivas , puesto que la antropometría es la base que permite valorar el tamaño o crecimiento y la composición corporal del paciente , en la cual es muy útil la aplicación de este método para obtener un resultado optimo para la consulta .

#### La valoración del estado nutricional según la OMS ,

Puede definirse como la evaluación del estado nutricional ( VEN ) o como la interpretación de la información obtenida de estudios bioquímicos antropométricos como serian bioquímicos o clínicos y que estos sean utilizados básicamente para poder determinar la situación nutricional de los individuos .

Parámetros normales de la nutrición , en este aspecto se tiene que realizar análisis de los diversos parámetros nutricionales obligatorios como serian los valores energéticos , proteínas hidratos de carbono , azucare , grasas , grasas saturadas, sal etc , de igual forma otros

parámetros opcionales serían las vitaminas y minerales que tienen que ser observados para una buena valoración nutricional .

### Estado nutricional

El estado nutricional es aquella situación en la que se encuentra una persona en relación con la ingesta y adaptaciones fisiológicas , teniendo lugar la ingesta de nutrientes puesta la evaluación del estado nutricional , será por tanto la acción y efecto de estimular aparición y calcular las condiciones en la que se encuentra las personas . El objetivo general del estado nutricional es pesquisar , pacientes que requieran apoyo especializado , permitiendo la orientación etológica en casos de alteraciones , y determinar el estado nutricional y decidir su adecuación detectando y cuantificando alteraciones estructurales o funcionales .

### La evaluación nutricional

La evaluación nutricional del estado nutricional debe concretar los siguientes factores como son la historia clínica nutricional , historia dietética , exploración física , valoración antropométrica , estimulación de requerimientos energéticos etc .

### Valoración clínica del estado nutricional

Este proceso se basa principalmente en casos de malnutrición específica de algún nutriente o generalizada , cuando llega a un grado importante de gravedad de lugar a la aparición de signos clínicos muy marcados en diversas zonas u órganos corporales como sería la cara , cuello , ojos , labios , abdomen , etc . De igual forma el estado nutricional afecta claramente a lo que es el sistema inmunitario , por lo cual se pueden utilizar determinantes parámetros para evaluar una situación nutricional disminuida , entre estos parámetros cabe destacar el recuento total de linfocitos , e recuento de linfocitos T que , van relacionados a enfermedades como son la hipersensibilidad retardada y desórdenes alimenticios .

La evaluación del estado nutricional – es un proceso en el cual se tiene en cuenta que la malnutrición por déficit e desnutrición y carencia específicas o por exceso como el caso de la obesidad , se tiene una alta prevalencia y que ella condiciona mortalidad y mortalidad en los pacientes , en los que son muy importante la evaluación del estado nutricional , con una adecuada interpretación del los hallazgos , se deben tomar las medidas terapéuticas apropiadas corregir las desviaciones de la normalidad , como composiciones corporales desde un punto de vista químico .

### Como se calcula el estado nutricional

Para calcular el estado nutricional de una persona se utiliza la siguiente fórmula que es del IMC es el peso en porciones de kilogramos dividido por el cuadrado de la altura en metros . El

IMC es una indicación simple de la relación entre el peso y la talla que se utiliza frecuentemente para identificar el sobrepeso entre el sobrepeso y la obesidad en los adultos , tanto a nivel individual como poblacional , de igual manera para la evaluación del estado nutricional de un niño se toma en cuenta los siguientes parámetros , en niños menores de 5 años se han utilizado convencionalmente los índices de peso - edad , talla - edad y peso -talla , y en los últimos años se ha manejado adicionalmente el índice de masa corporal

#### Elementos para la aplicación de la valoración del estado nutricional

Principalmente se basa en la obtención de datos e información por parte del individuo evaluado , la realización de una serie de pruebas y mediciones , aplicación sistémica e ordena de los mismo , evaluación e interpretación de los datos , información de los medicamentos y pruebas obtenidas etc .

#### Relación medico paciente

La relación con el paciente se basa en un proceso de comunicación que se establece entre el profesional de la salud y el paciente y debe ser bidireccional , es decir , en ambos sentidos y en el cual se intercambien los roles de medico e paciente ,por ello la comunicación es un proceso complejo que no es fácil de establecer y que es la mejor manera para poder apoyar al paciente con sus diversas patologías , recercando los siguientes aspectos como son interpersonal entre el profesional de la Salud y el individuo , implicar comunicación efectiva , incluir comunicación verbal y no verbal , regirse por la ética profesional .

#### Historia clínica

La historia clínica nutricional es un conjunto de documentos y herramientas que permiten reunir información mediante una entrevista con el paciente y en casos necesarios son sus familiares , ya que estas herramientas deben ser sencillas , breves flexibles etc, de igual forma un la historia clínica se basa de la exploración física para obtener el mejor resultado esperado , este proceso se enfocara en los aspectos generales del paciente respecto del estado nutricional , para lo cual se evaluara características físicas como seria el cabello , boca , piel , signos vitales , con la finalidad de relacionarlas con algún tipo de patología nutricional

#### Conclusiones

Existe una variedad de indicadores para realizar la evaluación del estado nutricional; dentro de éstos destacan (por su bajo costo, alto nivel de replicabilidad y exactitud), los indicadores antropométricos. La selección del tipo de indicadores a utilizar para evaluar el estado de nutrición de un individuo o grupo poblacional depende de los objetivos que se persiguen al realizar la misma, de los recursos disponibles en términos económicos, materiales y humanos, por lo cual, una correcta selección de los indicadores a utilizar traerá consigo información objetiva y oportuna para generar la intervención adecuada. Es importante destacar que

generalmente se recomienda utilizar dos o más indicadores (antropométricos, clínicos, bioquímicos y dietéticos), y la información así obtenida se cruza, se compara y finalmente se presentan los resultados obtenidos para así sugerir la o las intervenciones.

## Fuentes

- Grupo de educación nutricional y de sensibilización del consumidor de la FAO. (2011). La Importancia de la Educación Nutricional . 2020, de FAO Sitio web: <http://www.fao.org/ag/humannutrition/31779-02a54v>
- Suverza Fernández. Araceli. (2010). El ABCD de la Evaluación del estado de Nutrición: McGraw-Hill.