

Universidad del Sureste

Licenciatura en Medicina Humana

Materia:

Nutrición.

Trabajo:

ENSAYO: estado nutricional

(Valoración en una consulta nutricional)

Docente:

Lic. Daniela Rodríguez Martínez

Alumno:

Casto Henri Méndez Méndez

Semestre y grupo:

3° "A"

Comitán de Domínguez, Chiapas a;

05 de septiembre de 2020

Para abarcar este tema debemos de saber la importancia de la evaluación nutricional, el estado nutricional y lo que conlleva el estado nutricional, es la situación de salud y bienestar que determina la nutrición de una persona o de un grupo de manera que podemos asumir que las personas tienen distintas necesidades dependiendo raza edad sexo y localización geográfica e incluso cultural.

La evaluación nutricional nos ayuda a la medición de indicadores alimentarios, por lo tanto, podemos darnos una idea de la nutrición y el estado en el que se encuentra el individuo, persona o paciente, y por medio del cual están condicionados por varios factores de los cuales hablaremos durante la elaboración de este trabajo. Estos factores los denominaremos como factores determinantes del Estado nutricional que pueden conllevar todo lo que rodea al paciente desde la alimentación, el estado de salud, cuidado y la nutrición; así como factores sociales que pueden ser los factores determinantes como la cultura, la geolocalización, la distribución alimentaria, la económica y la influencia social.

Para la para la elaboración de la evaluación nutricional, se utilizan distintos métodos de medición de los cuales están los métodos antropométricos, los métodos bioquímicos, los métodos clínicos y los métodos dietéticos; de los cuales hablaremos posteriormente. Al igual es muy importante conocer a nuestro paciente a través de la encuesta ya que través de la encuesta podemos recabar datos para estimar la ingesta de alimentos, tipo de alimentación y los factores que pueden ser determinantes en la salud de nuestro paciente.

El estado nutricional es la situación de salud y bienestar que determina la nutrición en una persona o colectivo, es decir, que gracias a ello podremos darnos cuenta del estado de nutrición en el que se encuentra una persona.

Así podemos asumir que las personas tenemos necesidades nutricionales concretas y deben estar satisfechas, es decir, que cada persona tiene una manera diferente de los

requerimientos nutricionales. Debido a varios factores como cultura, sexo, estilo de vida, edad, etcétera.

El cual debe de estar sujeto a un estilo o estado nutricional todo esto para alcanzar los requerimientos fisiológicos, biológicos, bioquímicos y metabólicos; estos deben estar en constante equilibrio, es decir, tanto la ingestión de nutrientes para su mayor aprovechamiento en el organismo para una correcta nutrición el estado nutricional, como para la eliminación o uso del exceso de energía en el organismo. El estado de salud, hablamos del estado fisiológico del cuerpo del organismo de los cuales intervienen varios aspectos como nuestro medio, la higiene y las actividades que el individuo paciente puede realizar.

Los cuidados y nutrición son otro de los factores que pueden determinar el estado nutricional de una de un paciente el cual tienen la capacidad de la familia en la comunicación, qué tan vulnerables son a la escasez o al exceso de disponibilidad de los alimentos lo cual, esto puede contribuir a desarrollar enfermedades como la obesidad o bien contraponiendo la desnutrición.

El consumo de alimentos puede verse determinado por como que lo mencionamos la cultura hábitos alimenticios conocimiento de los mismos la disponibilidad y capacidad de compra. Que podemos evaluar de una manera estadística apoyándonos de métodos antropométricos bioquímicos entre otros métodos para poder evaluar el estado nutricional de nuestro paciente.

A partir de mediciones sobre el cuerpo humano se obtienen índices que son válidos para identificar individuos y poblaciones en riesgo e incluso para hacer pronósticos relacionados con la supervivencia o con el bajo peso al nacer; es por ello que la evaluación y vigilancia del crecimiento físico de los niños y el seguimiento de la curva de peso durante la gestación, constituyen una de las acciones fundamentales que se desarrollan en la atención primaria de salud.

Los métodos bioquímicos incluyen la medición de un nutriente o sus metabolitos en sangre, heces u orina o la medición de una variedad de compuestos en sangre y otros tejidos que tengan relación con el estado nutricional.

Existen múltiples pruebas bioquímicas que pueden emplearse para evaluar los distintos desequilibrios nutricionales, pero su utilidad estará dada por la facilidad de la recolección de las muestras y el costo beneficio de su aplicación.

La evaluación del consumo de alimentos permite identificar posibles alteraciones nutricionales ocasionadas por una dieta desequilibrada, es por ello que constituye la forma de identificar el primer estadio de una deficiencia nutricional, sin embargo las encuestas dietéticas por si solas no se utilizan como medios diagnósticos, sino como fuente complementaria de información para analizar de conjunto con los datos antropométricos, bioquímicos y clínicos.

La evaluación dietética es uno de los aspectos más complejos de la evaluación nutricional por lo difícil que resulta obtener información sin influir sobre el entrevistado, la imposibilidad de conocer exactamente la composición de cada alimento y la dificultad para recordar todos los alimentos y la cantidad de ellos ingerida.

Por ello se utiliza actualmente el término de estimación más que el de evaluación estricta. Las encuestas dietéticas es proporcionar una estimación cuantitativa y cualitativa de la ingesta de un alimento, o grupos de alimentos, o nutrientes en un individuo o grupos de individuos, durante un período determinado de tiempo.

Bibliografía.

- Organización Mundial de la Salud (OMS):
https://www.who.int/childgrowth/publications/physical_status/es/#:~:text=Sumario,la%20salud%20y%20la%20supervivencia.
- Organización Panamericana de la Salud (OPS):
https://www.paho.org/hon/index.php?option=com_docman&view=download&alias=209-evaluacion-del-estado-nutricional&category_slug=desarrollo-humano-sostenible-y-estilos-de-vida-sal&Itemid=211
- Roma 2011, la importancia de la educación nutricional. Grupo de educación nutricional y de sensibilización del consumidor de la FAO.