



# **UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

## **ESCUELA DE MEDICINA**

**MATERIA:**

**NUTRICIÓN**

**PROYECTO:**

**ENSAYO**

**Alumno:**

**RUSSELL MANUEL ALEJANDRO VILLARREAL (3B)**

**Docente:**

**DANIELA RODRIGUEZ MARTINEZ**

**LUGAR Y FECHA**

**Comitán de Domínguez, Chiapas a 01/09/2020**

## VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

Evaluación nutricional es la mejor manera de determinar si efectivamente se están cumpliendo las necesidades nutricionales de las personas, una vez que la comida está disponible y es de fácil acceso. La evaluación nutricional proporciona información actualizada, de alta calidad y basada en la evidencia, para el establecimiento de objetivos, la planificación, el seguimiento y la evaluación de los programas con el objetivo de erradicar el hambre y la reducción de la carga de la malnutrición.

La desnutrición predispone a la presencia de enfermedades diarreicas y respiratorias, las cuales surgen posteriormente como las primeras causas de morbilidad y mortalidad, cuando en realidad constituyen fenómenos agregados al problema de la desnutrición.

Su importancia en el niño es indiscutible ya que mide al ser humano durante la etapa crucial del crecimiento y desarrollo, El diagnóstico de tales desviaciones nutricionales permite el establecimiento de medidas preventivas, curativas, de limitación del daño y rehabilitación con el propósito de integrar al individuo a la sociedad en las condiciones más óptimas.

Es por eso que debe realizarse en la población infantil la evaluación nutricional que puede definirse como la medición y evaluación del estado de nutrición de un individuo o comunidad que se efectúa mediante indicadores dietéticos, clínicos, antropométricos, bioquímicos y biofísicos, cuyo objetivo es diagnosticar desviaciones observables, tanto en la salud como en la enfermedad.

En principio, la valoración inicial se basa en la anamnesis, la exploración clínica y el estudio antropométrico, Solamente un número limitado de niños necesitan exámenes complementarios. A continuación valores y acciones estándar a llevar a cabo:

**1.- ANAMNESIS:** Hay cuatro datos que son del máximo interés:

-El tipo de dieta: es importante reunir información sobre los alimentos que recibe el niño o persona: cuánto, cuándo y dónde come. Es importante entender por qué come ó rehusa algunos alimentos, así como de llevar a cabo una historia dietética desde el nacimiento.

-La conducta alimentaria.

-La actividad física.

-La existencia de enfermedades que puedan alterar la nutrición

**2.- EXPLORACIÓN FÍSICA:** Se hará en la forma habitual mediante la exploración sistemática y ordenada de todos los sistemas orgánicos y se intentará detectar la presencia de manifestaciones clínicas sugestivas de carencias nutritivas. Se tomaran criterios necesarios para su correcta identificación entre ellos se resumen en la siguiente tabla.

Signos clínicos	Insuficiencia nutricia
<b>Cabello:</b> deslucido, fino, liso, descolorido y fácil de arrancar.	Proteico/calórico
<b>Rostro:</b> pigmentación difusa, seborrea nasolabial.	Proteico/calórico Piridoxina
<b>Ojos:</b> palidez de la conjuntiva, cerosis de la córnea, manchas en la conjuntiva, etc.	Hierro, vitaminas B12, vitamina A
<b>Labios:</b> cicatrices angulares, queilosis.	Hierro, piridoxina, riboflabina, etc.
<b>Boca:</b> resequedad, mal aliento, ageusia.	Zinc
<b>Lengua:</b> lengua roja magenta, atrofia filiforme.	Hierro, vitamina B12, riboflavina,
<b>Dientes:</b> caries	Flúor (exceso), vitamina C
<b>Piel:</b> hiperqueratosis folicular, cerosis, petequias, dermatosis, etc.	Vitamina A, ácidos grasos esenciales, vitamina C, vitamina K
<b>SNC:</b> cambio motor, irritabilidad, confusión, pérdida sensorial, disfunción motriz, etc.	Proteica, tiamina, vitamina B12
<b>Sistema gastrointestinal:</b> hepatomegalia, gastritis, hemorroides.	Proteica, vitamínica, grasos.

**3.- ÍNDICES ANTROPOMÉTRICOS:** Se basa en el estudio de las medidas somáticas las cuales son usadas para comparar las dimensiones del niño o adulto con patrones establecidos, como un indicador del estado nutricional y la composición corporal.

**-Consideraciones:** La evaluación antropométrica del estado nutricional individual de un niño o adulto debe ser interpretada en el contexto de una evaluación comprensiva de estado de salud y enfermedad, si no se hace una buena evaluación se puede llegar a confundir un desnutrido con un niño constitucionalmente pequeño, con un delgado ó viceversa.

Las medidas de mayor utilidad son:

**1.- peso:** Las personas deberán pesarse con la mínima posible, antes de tomar alimentos y previo a la toma hay que calibrar la balanza y confirmar que marca cero.

**2.- estatura:** En los niños menores de 2 años se mide como longitud, el instrumento para medirla es el infantómetro. Pero al menos sobre el equipo básico se puede optar por la cinta métrica para medir al menor.

**3.- perímetro cefálico:** Es un indicador indirecto del crecimiento encefálico y más indirecto aún del estado nutricional. Se mide sobre un plano horizontal que va del occipucio a las prominencias frontales, pasando por el implante de las orejas con una cinta métrica no elástica.

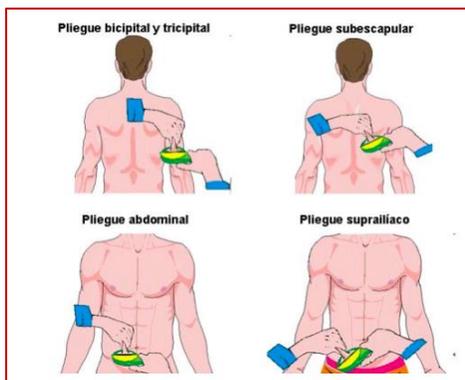
4.- **circunferencia del brazo:** Se toma del brazo izquierdo, a la mitad de la distancia que va del acromión al olecranon. Se pone el brazo flexionado 90 grados y se marca el punto medio, pero la medición se hace con el brazo extendido.

5.- **pliegues cutáneos:** Sirve para medir la grasa subcutánea, la medición se hace con calibradores o plicómetros. Antes de medir el panículo adiposo mediante palpación con los dedos pulgar e índice de la mano izquierda, se excluye el músculo y se sostiene sólo el panículo adiposo mientras que con la derecha se aplica el calibrador.

#### 4.- EXÁMENES QUÍMICOS Y COMPLEMENTARIOS

**Determinación de vitaminas y minerales:** Las manifestaciones clínicas debidas a una deficiencia de vitaminas y minerales, tienen lugar después de un período de consumo reducido, absorción disminuida y/ o una mayor excreción del nutriente, todo lo cual trae consigo el agotamiento de los tejidos y las manifestaciones clínicas propias del estado de insuficiencia. Debería de realizarse como parte de la evaluación nutricional la cuantificación de sus valores en sangre.

**Ejemplos:**



#### Recursos

Como idea general el material antropométrico debe ser sencillo en su manejo, preciso y homologado.

Los **instrumentos** de medida utilizados para los estudios antropométricos son los siguientes:

**-TALLÍMETRO.-** Escala métrica apoyada sobre un plano vertical y una tabla o plano horizontal con un cursor deslizante para contactar con la parte superior de la cabeza o vértex. Precisión 1 mm. Se emplea para medir la estatura y talla sentado del estudiado.

**-BÁSCULA.-** Balanza pesa-personas con precisión de 100 gramos. Utilizada para obtener el peso del estudiado.

**-ANTROPÓMETRO.-** Es una escala métrica de dos ramas, una fija y otra que se desplaza.

**-CINTA ANTROPOMÉTRICA.-** Debe ser flexible, no elástica, metálica, anchura inferior a 7 mm, con un espacio sin graduar antes del cero y con escala de fácil lectura.

**-PLICÓMETRO O COMPÁS DE PLIEGUES CUTÁNEOS.-** Con capacidad de medida de 0 a 48 mm, y precisión de 0.2 mm. Se utiliza para medir panículo adiposo.

### **MATERIAL AUXILIAR**

**-Banco de madera de altura conocida** para medir altura sentado y facilitar al antropometrista la toma de diferentes medidas.

**-Lápiz dermatográfico** para señalar los puntos anatómicos y marcas de referencia.

**-Pesos y escala métrica** para calibrar los aparatos.

-Disponer de un programa informático de **Cineantropometría** es aconsejable para el posterior tratamiento de los datos, debido al alto número de medidas que se realizan.

-Una **plataforma** como base de sustentación para colocar el antropómetro y el sujeto estudiado



## Conclusión

Supone examinar el grado en que las demandas fisiológicas, bioquímicas y metabólicas, están cubiertas por la ingestión de nutrientes, este equilibrio entre demandas y requerimientos está afectado por diversos factores como pueden ser la edad, el sexo, la situación fisiológica, la situación patológica de cada individuo, educación cultural y la situación psicosocial.

Una nutrición equilibrada implica un aporte adecuado en nutrientes y energía, específico para cada individuo. La deficiencia prolongada de un determinado nutriente, conduce a su desaparición progresiva en los tejidos, con las consiguientes alteraciones bioquímicas, que más tarde se traducen en manifestaciones clínicas. Por otra parte, consumo excesivo de uno o varios nutrientes pueden desarrollar situaciones de toxicidad o de obesidad.

## Bibliografías:

1.-Revista Científica de las Ciencias Médicas, Estado nutricional en niños escolares. Valoración clínica, antropométrica y alimentaria. Alina Esther González Hermida, Jesús Vila Díaz, Carmen Emilia Guerra Cabrera, Odalys Quintero Rodríguez, Mariela Dorta Figueredo, José Danilo Pacheco.

2.- Cano Pérez J F, Puig de Dou J, Tomás Santos P. Crecimiento y desarrollo. En: Martín Zurro A, Cano Pérez JF. Atención Primaria. Conceptos, organización y práctica clínica. 5ta. ed. Madrid: Elsevier; 2003. p. 1618-20.