

UNIVERSIDAD DEL SURESTE



DOCENTE: NUTRIOLOGA BRENDA DEL CARMEN LÓPEZ HERNÁNDEZ

ALUMNA: ESTEPHANIA ANTONIETA FLORES COURTOIS



TERCER SEMESTRE



¿Qué es amnesis alimentaria?

Mi respuesta estaría un poco más profundizada y dividida por términos ya que principalmente cuando nos referimos amnesis sabemos que se trata de un conjunto de datos recogidos para una historia clínica, estos datos son de bastante importancia ya que con estos podemos realizar un diagnóstico más eficaz y certero para que de esta manera el paciente pueda recibir un tratamiento adecuado. Ahora bien la amnesis alimentaria se enfoca primordialmente a un área alimenticia ya que es usado para estimar el tipo de alimentación que tienen los pacientes, en cantidad y calidad, para identificar aspectos positivos a reforzar y también hábitos incorrectos que se deben corregir.

¿Cuáles son principales datos que se deben incluir en una Amnesis alimentaria?

Como tal principalmente se deben de pedir los datos generales de la persona, desde su nombre, edad, sexo, estado civil, ocupación, fecha de ingreso (si se encuentra internado en una dependencia hospitalaria), es de vital importancia preguntar sobre su actividad física y si presenta toxicomanías.

- Incluyendo los datos personales se prosigue a la exploración física en donde se comienza a tomar los datos antropométricos en los cuales se incluyen medidas como talla, contorno de la muñeca, peso habitual, peso ideal, peso actual e IMC de esta manera se comienzan a plantear diagnósticos y crear un plan de alimentación de acuerdo a cada paciente

Aldana Gómez Del Souc

ANAMNESIS ALIMENTARIA

> Datos Personales

DATOS PERSONALES			
Nombre y apellido:			
Sexo:	Edad:	Correo:	Estado civil:
Teléfono:			
Ocupación:		Actividad Física:	
Tabaco:		Alcohol:	
Fecha de Nacimiento:		Fecha de ingreso:	
		Hora de ingreso:	

> Datos Antropométricos

DATOS ANTROPOMÉTRICOS	
Talla:	
Contorno muñeca:	
Peso habitual:	
Peso ideal:	
Peso actual:	
IMC:	

> Antecedentes de enfermedad actual: No posee.

> Antecedentes familiares

ANTECEDENTES FAMILIARES	
DIABETES	
HIPERTENSIÓN ARTERIAL	
ACV	
DISLIPIDEMIA	
CARDIOVASCULARES	
OTRO	

> Síntomas gastrointestinales: No posee.

> Recordatorio de 24 horas

- Se realiza la anamnesis de antecedentes heredo familiares principalmente se realiza con el objetivo de saber si el paciente tiene elevadas posibilidades de contraer las enfermedades por línea genética específicamente, se le pregunta sobre enfermedades metabólicas, cardiovasculares, etc... como tal se indaga a fondo cada una de las enfermedades que se encuentren en la lista de posibles

- Se le cuestiona sobre su día a día, es decir su consumo diario, en este apartado entra el recuento de 24 horas en el cual, se le realiza preguntas sobre: su desayuno, que desayuna habitualmente, maneja intermedios entre cada comida, que alimento es su intermedio, que come por las tardes, que cantidad ingiere por las cenas, precisamente este método es utilizado para evaluar dietas ya que maneja un bajo costo, es confiable y preciso. A continuación inserte una imagen donde se puede apreciar el formato de este método

CUADRO 3
Listado de alimentos de una encuesta de tendencia de consumo

ALIMENTOS	FRECUENCIA	CANTIDAD POR VEZ		CANTIDAD T/M día	OBSERVACIONES
		medida	g/cc		
Lácteos					
Carne de Vacuno					
Chanco y fiambres					
Pollo					
Cordero y otras					
Visceras					
Pescado					
Mariscos					
Huevos					
Leguminosas					
Papas					
Verduras					
Frutas					
Arroz					
Avena					
Pastas					
Pan					
Aceite					
Mantequilla					
Mayonesa					
Crema					
Azúcar					
Bebidas alcohólicas					
Bebidas gaseosas					
Jugos en polvo					
Golosinas					
Otros					

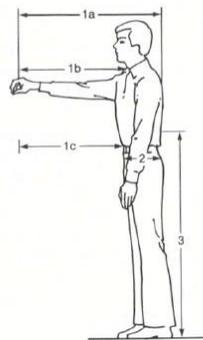
- Como otro apartado podría ser agregado a la anamnesis un cuestionamiento específico al paciente sobre su estilo de vida, horas de sueño, vida sedentaria, práctica de actividad física, cuantas horas al día se mantiene en movimiento, adicciones, etc... son cuestionamientos que forman parte de datos importantes tanto para el nutriólogo o el personal de salud que realice la entrevista al paciente

- Por último punto buscábamos investigar si el paciente está bajo medicación, ya que algunos alimentos pueden interferir con el efecto activo de los medicamentos o causar efectos nocivos a la salud, se solicitan exámenes de laboratorio también es importante para prescribir un plan alimentario con la máxima eficiencia, ya que si el paciente presenta cambios hormonales, condiciones inflamatorias o deficiencia nutricional puede verse afectada su masa magra

¿Qué es antropometría nutricional?

La antropometría se define como la técnica usada para medir las variaciones en las dimensiones físicas y en la composición global del cuerpo, específicamente mide Perímetros y pliegues, índices corporales, altura, IMC, composición hidráulica, metabolismo basal, etc. En este caso la antropometría nutricional la definiremos como un análisis antropométrico del cual nos podremos guiar comenzar con métodos de balances dietéticos o cambios de estilo de vida. .

Datos Antropométricos de México



Medición, en centímetros	Población Percentiles, Varones			Población Percentiles, Mujeres			Población Percentiles, 75/25 Varones/Mujeres		
	5 th	50 th	95 th	5 th	50 th	95 th	5 th	50 th	95 th
de Pie									
1. Alcances hacia adelante									
a. Alcance máximo de presión fina	73	80	88	66	74	83	70	79	88
a. Alcance de presión de fuerza	67	74	81	62	68	75	63	73	81
Dedo medio, acromion (punto del dedo)	70	77	84	65	69	75			
Espalda Dedo Medio	78	87	92	69	78	82			
3. Cintura, Piso	92	99	107	89	97	106			
3. Altura a la Cintura	99	105	112	93	100	108	97	103	111

Photos reprinted courtesy Eastman Kodak Company
Cortesía SEMAC: Obreros de Mexicali (Edad 23-35), Estudiantes (edad 17-25)
Mujeres (con zapatos) de una planta de manufactura en Reynosa, Mexico. Lavender et al. (2002).

- 1 -

¿Cuáles son los parámetros antropométricos?

Los principales parámetros antropométricos que podemos encontrar son:

- ✚ **Peso:** parámetro muy importante en el cual nos podemos guiar para identificar enfermedades que no presentes síntomas, es decir nos funciona como una herramienta de screening, como tal es uno de los parámetros antropométricos puesto que funciona como un indicador global de la masa corporal. Encontraremos parámetros importantes:

-Peso actual o peso real: ser el peso que tenga el paciente al momento de la valoración, es importante tomar en cuenta si el paciente está cursando una enfermedad es decir saber si el paciente tiene procesos de edema, ascitis y deshidratación.

-Peso ideal: este será guiado a través de diferentes tablas de referencia pero es de vital importancia el llevar de la mano talla, sexo y complexión del cuerpo para que de esta manera se consiga el peso ideal adecuado

para que no se convierta en algo nocivo a la salud, para lograr obtener el peso de cada persona es necesario realizar una operación de porcentaje del peso ideal: **PPI**

Obesidad	> 120
Sobrepeso	110 - 120
Normalidad	90-110
Desnutrición leve	80-90
Desnutrición moderada	70 - 80
Desnutrición grave	<69

(%) = (peso actual (kg) /peso ideal (kg)) x 100.

-Peso habitual: para este parámetro nos enfocaremos en el peso que presente el paciente constantemente, es importante saberlo antes de comenzar a modificar su alimentación, es investigado a fondo a pacientes con enfermedades que modifican la complexión de su cuerpo, de igual manera se emplea un porcentaje para el peso habitual, se usa para determinar el porcentaje de pérdida o ganancia de peso.

PPH = (peso actual (kg) /peso habitual (kg)) x 100

Obesidad en función de situación previa	>120
Sobrepeso en función de situación previa	110- 120
Normalidad	96-109
Desnutrición leve	85-95
Desnutrición moderada:	75 -84
Desnutrición grave	<75

-Cambios de peso: en este apartado es importante buscar en donde está el problema o causa de la pérdida de peso involuntaria, es de vital importancia el saber si la pérdida o cambio son recientes, se obtiene realizando una operación de porcentajes que nos será de ayuda para obtener resultados exactos: **(Peso habitual – peso actual) / peso habitual) x 100**

✚ **Talla:** es el parámetro más importante ya que nos será de ayuda para crear un estudio de las deficiencias nutricionales específicamente para el caso de niños que no hayan recibido los aportes nutricionales adecuados desde sus primeros años de vida, en el caso de los adultos es utilizada para calcular otros índices importantes de

valoración como: IMC, Índice creatinina, requerimientos calóricos, la superficie corporal (calcular dosis de fármacos)

- ✚ **Índice de masa corporal:** Define el nivel de adiposidad de acuerdo con la relación de peso a estatura, eliminando así la dependencia en la constitución, es necesario aplicar una fórmula específica para poder obtener el IMC de cada persona: **peso (Kg) / altura (m)²**

¿Cuál es la Exploración Física enfocada en Nutrición?

Una exploración física enfocada en nutrición, en esta se dividirán en diferentes apartados los cuales deberían evaluar piel, uñas, cabello, ojos y cavidad oral buscando anomalías por estos signos, es necesario tener realizada la encuesta dietética, la historia clínica y las medidas antropométricas donde no se usará como tal exámenes de laboratorio, además de ser realizado por un nutriólogo o personas que pertenezcan al sector de salud y tengan conocimientos básicos de estos parámetros.

¿Cuáles son los principales exámenes bioquímicos enfocados en nutrición?

Cabello <ul style="list-style-type: none"> Débil, seco, sin brillo natural Fino, aclarado, pérdida de mechones Cambios del color, despigmentación, caída fácil 	<ul style="list-style-type: none"> Deficiencia proteico-energética Deficiencia de zinc Otras deficiencias nutricionales: manganeso, cobre
Ojos <ul style="list-style-type: none"> Pequeños cúmulos amarillentos alrededor de los ojos (xantelasma) Conjuntivas pálidas Ceguera nocturna, sequedad (xerosis conjuntival), motas grises triangulares sobre las membranas de los ojos Párpados enrojecidos y con grietas Parálisis de los músculos oculares 	<ul style="list-style-type: none"> Hiperlipidemia Deficiencia de hierro Deficiencia de vitamina A Deficiencia de riboflavina Deficiencias de tiamina y fósforo
Labios <ul style="list-style-type: none"> Enrojecimiento e hinchazón de la boca, grietas angulares y cicatrices en las comisuras de los labios (queilosis angular) 	<ul style="list-style-type: none"> Deficiencias de niacina, riboflavina y/o piridoxina
Encías <ul style="list-style-type: none"> Esponjosas, agrietadas, sangran con facilidad, enrojecidas Gingivitis 	<ul style="list-style-type: none"> Deficiencia de vitamina C Deficiencias de vitamina A, niacina y riboflavina
Lengua <ul style="list-style-type: none"> Superficie con papilas (pequeñas proyecciones) Glositis (lengua color magenta y descarnada) 	<ul style="list-style-type: none"> Deficiencias de riboflavina, niacina, ácido fólico, vitamina B12, hierro, proteínas Deficiencias de riboflavina, niacina, ácido fólico, vitamina B12, piridoxina
Gusto <ul style="list-style-type: none"> Sentido del gusto disminuido (hipogeusia) 	<ul style="list-style-type: none"> Deficiencia de zinc
Dientes <ul style="list-style-type: none"> Manchas grisáceas en el esmalte Caída o pérdida anormal 	<ul style="list-style-type: none"> Ingesta de flúor aumentada Generalmente nutrición deficiente

Los exámenes bioquímicos nos ayudan a conocer el estado de algunos compartimentos corporales, orienta sobre el nivel de ingesta, absorción o pérdida de ciertos nutrientes y permite calcular el balance nitrogenado. Entre los factores que pueden modificar los factores no nutricionales que pueden influir sobre los resultados de los exámenes bioquímicos son: administración de fármacos, presencia de enfermedad y problemas en la recogida de las muestras, como tal es importante señalar que no existe una única determinación o grupo de

determinaciones bioquímicas que sirvan, por sí solas, para diagnosticar una alteración o monitorizar la evolución del estado nutricional. Entre las valoraciones más importantes podemos encontrar:

- ✚ **Proteínas somáticas: índice creatinina-talla:** Se basa en que la creatinina (Cr) producida en el metabolismo muscular se excreta en la orina, en una cantidad diaria relativamente constante y proporcional a la masa muscular del individuo. Estudio el cual se realiza mediante con una ecuación. Podremos apreciar a un costado una tabla de creatinina en orina de 24h esperada para la talla

Talla (CM)	Varones	Mujeres
90	162,5	187,5
92	187.5	200
94	212,5	225
96	225	237,5
98	250	250
100	275	262.5
102	300	262.5

- ✚ **Proteínas viscerales:** valores de proteínas séricas: útil para monitorizar la eficacia del tratamiento nutricional. Su utilidad se basa en que la producción de estas proteínas, por parte del hígado fundamentalmente, se verá disminuida si el aporte dietético de aminoácidos es insuficiente.
- ✚ **Albumina:** Proteína responsable del mantenimiento de la presión oncótica; actúa también como transportador de diversas moléculas. Sus valores normales oscilan entre 35 y 52g/l. Su descenso, además de reflejar una disminución de la proteína corporal y/o de la ingesta proteica, se ha asociado en pacientes adultos hospitalizados con un aumento de la morbimortalidad. Esencialmente actúa como un marcador temprano de los cambios nutricionales.
- ✚ **Prealbumina:** Funciona como molécula transportadora de las hormonas tiroideas, T3, T4 y de la proteína transportadora de retinol; sus valores normales son 0,2-0,4g/l. Debido a su corta vida media (2-3 días), tiene una alta sensibilidad para detectar de forma temprana la malnutrición proteica
- ✚ **Proteína transportadora de retinol:** se trata de un buen indicador de la ingesta reciente. Sus valores varían de forma temprana con el deterioro y la recuperación nutricional. Sus valores normales oscilan entre 0,035 y 0,075g/l

Bibliografía

- ✚ Vera Casas Alejandro. (17 de Abril 2020). ¿Qué es la antropometría y para qué sirven las medidas antropométricas? MADRID, GRULLA PSICOLOGIA Y NUTRICION Recuperado de <https://grullapsicologiaynutricion.com/blog/antropometria-medidas-nutricional>
- ✚ Moráis Ana, Lama Rosa. (Noviembre 2019). Utilidad de los exámenes bioquímicos en la valoración del estado nutricional. MADRID, ESPAÑA. Unidad de Nutrición Infantil y Enfermedades Metabólicas Recuperado de <https://www.elsevier.es/es-revista-anales-pediatria-continuada-51-articulo-utilidad-los-examenes-bioquimicos-valoracion-S1696281809732044>
- ✚ Lobaton Eduardo. (26 de Abril de 2013). Exploración física enfocada en Nutrición. Lima, Perú. Centro de Educación Continua (CEC) en Soporte Nutricional y Nutrición clínica (SNC) Recuperado de <https://eduardolobatonrd.com/2013/04/26/exploracion-fisica-en-enfocada-en-nutricion/>