



PREGUNTAS DE NUTRICION

NUTRICION
UDS UNIVERSIDAD DEL SURESTE

L.N BRENDA DEL CARMEN LOPEZ | ALUMNO: ROLANDO DE JESUS PEREZ MENDOZA

1._ ¿Qué es una Amnesis Alimentaria?

Una anamnesis nutricional alimentaria completa es esencial para que la relación entre nutricionista y paciente sea prometedora.

Es a partir de esta evaluación que se definirán los objetivos, menús y pasos que se deberán cumplir a lo largo del monitoreo profesional para poner en práctica un nuevo plan alimentario.

El primer paso para llevar a cabo una anamnesis nutricional completa es la recopilación de información. .

La información compilada durante la anamnesis nutricional debe almacenarse de forma segura y hacer referencias cruzadas con los nuevos datos obtenidos en cada visita para proporcionar un pronóstico correcto para el seguimiento y la reeducación nutricionales.

2._ ¿Cuáles son los principales datos que se deben incluir en una Amnesis Alimentaria?

Es esencial obtener datos personales del paciente, como nombre, dirección, edad, sexo, estado civil, etc. Luego, es necesario hablar sobre aspectos específicos, como hábitos, rutina, enfermedades previas, entre otros temas.

Finalmente, es interesante complementar la anamnesis nutricional con medidas del paciente como peso, altura, pliegues cutáneos, perímetros, entre otros datos relevantes, con tal de dejar en claro al paciente qué tan personalizado es ese momento.

ANAMNESIS ALIMENTARIA

• Datos Personales

DATOS PERSONALES		
Nombre y apellido:		
Sexo:	Edad:	Estado civil:
Teléfono:	Correo:	
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

3. ¿Qué es Antropometría Nutricional?

La antropometría es una técnica incruenta y poco costosa, portátil y aplicable en todo el mundo para evaluar el tamaño, las proporciones y la composición del cuerpo humano. Refleja el estado nutricional y de salud y permite predecir el rendimiento, la salud y la supervivencia. Como tal, es un instrumento valioso actualmente subutilizado en la orientación de las políticas de salud pública y las decisiones clínicas. Este informe presenta las conclusiones y las recomendaciones globales de un Comité de Expertos de la OMS para el empleo y la interpretación actuales y futuros de la antropometría.

En una sección que establece el marco técnico del informe, se explica la importancia de los indicadores e índices antropométricos y se examinan los principios de la bioestadística aplicada y la epidemiología que sustentan los diversos usos de esos indicadores e índices.



4._ ¿Cuáles son los parámetros Antropométricos? Y menciona la definición de cada uno de ellos.

Parámetros antropométricos: peso, talla, índice de masa corporal y volumen mamario, en relación con el patrón mamográfico

Se efectúa un estudio prospectivo para tratar de relacionar los parámetros antropométricos de la talla, el peso, el índice de masa corporal, así como la edad, con los patrones mamográficos obtenidos de las pacientes y obtener un perfil antropométrico.

Peso: En física moderna, el peso es una medida de la fuerza gravitatoria que actúa sobre un objeto. El peso equivale a la fuerza que ejerce un cuerpo sobre un punto de apoyo, originada por la acción del campo gravitatorio local sobre la masa del cuerpo

Talla: La talla es una medida convencional usada para indicar el tamaño relativo de las prendas de vestir o del calzado. Existe una Norma UNE-EN 13402-1-2-3, Designación de Tallas para Tejidos. Asimismo, para los zapatos existe una Norma UNE 59850:1998, Calzados: Designación de tallas.

IMC: El índice de masa corporal es una razón matemática que asocia la masa y la talla de un individuo, ideada por el estadístico belga Adolphe Quetelet, por lo que también se conoce como índice de Quetelet

Volumen mamario: Analizar la relación del tamaño de la mama con su patrón mamográfico, teniendo en cuenta la contribución de la edad, de los datos antropométricos y de la paridad.

IMC	MG alterada		MG normal		Total	Valor P Coefic. de contingencia
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje		
$\geq 30 \text{ kg/m}^2$	7	58,3	5	41,7	12	0,000
$< 30 \text{ kg/m}^2$	9	9,7	84	90,3	93	
Cintura abdominal						
Alterada	11	36,7	19	63,3	30	0,000
Normal	5	6,7	70	93,3	75	
Total	16	15,2	89	84,8	105	

5._ ¿Cuál es la Exploración Física enfocada en Nutrición?

Identificar y corregir deficiencias nutricionales es una de las más importantes responsabilidades del nutricionista clínico. Entendiendo la historia del paciente y completando una examinación física permitirá hacer visibles posibles deficiencias nutricionales originadas por la enfermedad así como una inadecuada alimentación. Pacientes que reciben soporte nutricional a largo plazo en especial nutrición parenteral deberían ser periódicamente evaluados buscando signos de deficiencias nutricionales tanto de micro como de macronutrientes.

Una exploración física enfocada en nutrición (NFPE siglas en Ingles), debería evaluar piel, uñas, cabello, ojos y cavidad oral buscando por estos signos (Tabla 1), además será una gran herramienta en ausencia de exámenes de laboratorio. Por otro lado permitirá realzar el valor que tiene el nutricionista clínico dentro del equipo de salud.

Cara <ul style="list-style-type: none"> • Cara de luna (redonda, hinchada) • Palidez • Hiperpigmentación • Exfoliaciones de la piel alrededor de las fosas nasales (seborrea nasolabial) 	<ul style="list-style-type: none"> • Deficiencia de proteínas, tiamina • Deficiencia de hierro • Deficiencia de niacina • Deficiencia de vitamina A, zinc, ácidos grasos esenciales, riboflavina, piridoxina
Cuello <ul style="list-style-type: none"> • Engrosamiento de la tiroides, síntomas de hipotiroidismo 	<ul style="list-style-type: none"> • Deficiencia de yodo
Uñas <ul style="list-style-type: none"> • Fragilidad, presencia de bandas • Coiloniquia (uña en forma de cuchara, en forma cóncava) • En forma convexa 	<ul style="list-style-type: none"> • Deficiencia de proteínas • Deficiencia de hierro • desordenes respiratorios, enfermedad cardiovascular, cirrosis y colitis.
Piel <ul style="list-style-type: none"> • Cicatrización lenta, úlceras de presión • Psoriasis, descamación • Manchas negras o azules debidas a Hemorragias. • Seca, en mosaico, tacto de papel de lija, Escamosa. • Hinchada y oscura, Ausencia de grasa bajo la piel o edema. • Color amarillento • Rubor • Palidez • Xerosis (sequedad de la piel, conjuntiva o membrana mucosas) Hiperqueratosis folicular (engrosamiento del folículo piloso generando pequeños granitos, comúnmente referidos como 'piel de gallina') • pobre turgor de la piel 	<ul style="list-style-type: none"> • Deficiencia de zinc, proteína, Vit C • Deficiencia de biotina • Deficiencias de vitaminas C y K • Deficiencia o exceso de vitamina A, Deficiencia de niacina. • Deficiencia proteico-energética • Deficiencia o exceso de caroteno • Exceso de niacina • Deficiencias de cobre y hierro • Grasa, Vitamina A • Deshidratación

6. ¿Cuáles son los principales Exámenes Bioquímicos enfocados en Nutrición? Y menciona sus parámetros de referencia.

Parámetros bioquímicos

Actualmente se considera que los parámetros bioquímicos son indicadores de la severidad de la enfermedad y probablemente indicadores pronósticos, que parámetros diagnósticos del estado nutricional. Pero se considera importante en el contexto de este artículo mencionar algo sobre ellos: a) suero/plasma, su concentración refleja la ingestión dietética reciente; b) el contenido de un nutriente refleja un estado crónico del mismo (eritrocitos); c) los leucocitos se utilizan para monitorear cambios cortos del estado del nutriente. Para el paciente quirúrgico se han establecidos dimensiones específicas

	Total (n=94)	Femenino (n=50)	Masculino (n=44)
Glucosa (mg/dL)	80,09 ±10,04	77,98 * ±7,58	82,43 ±11,86
Hemoglobina (g/dL)	14,83 ±1,46	14,4 * ±1,26	15,61 1,28
Hematocrito (%)	46,35 ±4,70	43,22 * ±3,58	49,91 2,97
Hierro (ug/dL)	90,89 ±25,78	85,26 * ±26,22	97,29 23,99
Ferritina (ug/dL)	29,57 ±21,05	20,42 * ±15,14	39,55 22,18
Vitamina A (ug/dL)	39,49 ±10,06	39,63 ±9,88	39,34 ±10,36
Vitamina E (ug/dL)	647,30 ±161,70	664,79 ±138,9	627,42 ±184,2

Tabla 3. Ejemplos de métodos bioquímicos de valoración del estado nutricional

Nutriente	Indica ingestión reducida	Indica función alterada o depleción celular
Proteína	Urea urinaria	Creatinina en orina
Ácido fólico	Folato plasmático	Folato eritrocitario
Vitamina E	Tocoferol plasmático	Hemólisis de eritrocitos con H ₂ O ₂
Hierro	Sideremia, ferritina	Citograma de sangre periférica
Calcio	Calcio iónico	Calcio plasmático
Selenio	En sangre total o eritrocitos	En cabello y uñas

BIBLIOGRAFIA:

http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112010000900009

<https://eduardolobatonrd.com/2013/04/26/exploracion-fisica-en-enfocada-en-nutricion/#:~:text=Una%20exploraci%C3%B3n%20f%C3%ADsica%20enfocada%20en,ausencia%20de%20ex%C3%A1menes%20de%20laboratorio.>

sevier.es/es-revista-radiologia-119-articulo-parametros-antropometricos-peso-talla-indice-

[S0033833801769871#:~:text=Parámetros%20antropométricos%3A%20peso%2C%20talla%2C,con%20el%20patrón%20mamográfico*%20%7C%20Radiología](http://sevier.es/es-revista-radiologia-119-articulo-parametros-antropometricos-peso-talla-indice-S0033833801769871#:~:text=Parámetros%20antropométricos%3A%20peso%2C%20talla%2C,con%20el%20patrón%20mamográfico*%20%7C%20Radiología)

<https://www.elsevier.es/es-revista-revista-senologia-patologia-mamaria--131-articulo-tamano-mama-patron-mamografico-relacion-13038927>

https://www.who.int/childgrowth/publications/physical_status/es/#:~:text=La%20antropometr%C3%ADa%20es%20una%20t%C3%A9cnica,la%20salud%20y%20la%20supervivencia.

[https://blog.dietbox.me/es/8-pasos-para-realizar-una-anamnesis-nutricional-eficiente/#:~:text=Anamnesis%20nutricional%20es%20un%20formulario,el%20funcionamiento%20metab%C3%B3lico%20del%](https://blog.dietbox.me/es/8-pasos-para-realizar-una-anamnesis-nutricional-eficiente/#:~:text=Anamnesis%20nutricional%20es%20un%20formulario,el%20funcionamiento%20metab%C3%B3lico%20del%20)