

- Prácticas en nutrición clínica 1.

Nombre del alumno: Andrea Candelaria Guillen Rodriguez

Catedrático: Daniela Rodriguez Martínez

8 "A"

Licenciatura en Nutrición

Comitán de Domínguez, Chiapas

12 de marzo del 2021

3 unidad.

Exploración física.

Es un componente fundamental para la historia clínica nutricional, proporciona información sobre ciertas conductas que influyen directamente en el estado nutricional y Ayuda a detectar signos relacionados con los trastornos nutricios.

Técnicas.

1.-Inspección el cual se basa en recurrir al sentido del olfato, vista el oído.

2. Palpación, se evalúa la textura, temperatura, tamaño y movilidad de alguna parte del cuerpo y que existen dos tipos como son:

Superficial: con la yema de los dedos se tiene la máxima sensibilidad.

Profunda: se utiliza la mano para ejercer mayor presión y evaluar estructuras corporales.

3. Percusión: son golpes rápidos con los dedos y las manos en la superficie corporal, que son para identificar los límites, forma y posición de los órganos.

4. Auscultación: implica escuchar los ruidos del organismo.

El cual se basa en:

Examen general, que se enfoca en observar aspectos generales o hábitos exterior del paciente.

Con la finalidad de detectar signos de pérdida muscular y de peso corporal.

Signos vitales, que se basa en medir la tensión arterial, pulso, temperatura corporal y frecuencia pulmonar.

Normal < 120 mmHg sistólica. < 80 mmHg diastólica.

Prehipertensión 120 a 139 mmHg sistólica. 80 a 89 mmHg diastólica.

Hipertensión (etapa 1) 140 a 159 mmHg sistólica. 90 a 99 mmHg diastólica.

Hipertensión (etapa 2) ≥ 160 mmHg sistólica. ≥ 100 mmHg diastólica.

Dimensiones físicas y composición corporal.

Que es la evaluación visual de las condiciones del individuo.

Y de la simetría del paciente de manera subjetiva y su proporción correcta o incorrecta entre el peso y la estatura.

Identificación de signos como lo son:

Cabellos inspeccionar y palpar el color, brillo, cantidad y textura.

Uñas: inspeccionar y palpar color, forma, contorno, lesiones, tamaño etc.

Cuello: detectar distensión venosa, condición de las glándulas tiroideas y paratiroides.

Ojos: inspeccionar y palpar humectación, color de la piel que rodea al ojo.

Boca: inspeccionar y palpar color, simetría y lesiones en los labios, entre otras mas identificaciones de signos etc.

Datos antropométricos.

Son un indicador objetivo Representa en un indicador objetivo para evaluar dimensiones físicas y composición corporal.

Peso, Realiza sin zapatos ni prendas pesadas.

Talla, el paciente debe estar descalzo y se colocará de pie con los talones unidos, las piernas rectas y los hombros relajados.

Circunferencia de cintura, el sujeto debe descubrirse el abdomen, debe estar de pie, erecto y con el abdomen relajado.

Circunferencia de cadera, el medidor deberá estar en cuclillas al lado del sujeto, de manera que pueda apreciar el nivel de máxima extensión de los glúteos, que es donde colocará la cinta.

Circunferencia de abdomen, Sujeto debe estar de pie, el medidor posicionado a su derecha, palpando el hueso superior de la cadera para localizar la cresta iliaca.

Circunferencia cefálica, el niño debe estar sentado, eliminando cualquier objeto del cabello y el medidor debe estar del lado izquierdo.

Pliegues cutáneos como el: pliegue cutáneo tricipital, bicipital, subescapular, de pierna, de bíceps, suprailíaco, de musculo, de tríceps.

Indicadores bioquímicos.

Son validar indicadores dietéticos, que nos permiten detectar deficiencias nutricias subclínicas ayudando a dar un diagnostico nutricional.

Lipoproteínas y colesterol total.

Colesterol total (mg/100 ml).
 <200 adecuado.
 200 a 239 limite alto.
 >240 elevado.

Lipoproteínas de alta densidad HDL mg/100 ml.
 <40 Bajo.
 >60 Optimo.

Lipoproteína de baja densidad LDL mg/100 ml.
 <100 optimo, adecuado.
 100 a 129 adecuado, casi óptimo.
 130 a 159 limite alto.
 160 a 189 elevado.
 >190 Muy elevado.

Triglicéridos mg/100 ml.
 <150 Adecuado.
 150 a 199 Limite alto.
 200 a 499 Elevado.
 >500 Muy elevado.

Lipoproteína (a) mg/100 ml.
 <14 Optimo.

Parámetros de diagnostico de diabetes.

Glucosa sanguínea en ayunas >126 mg/100 ml.
 Glucosa sanguínea al azar >200 mg/100 ml.
 Curva de tolerancia a la glucosa al azar >200 mg/100 ml.
 Hemoglobina glucosilada >6.5 %

Glucosa sanguínea anómala en ayunas 100 a 125 mg/100 ml.
 Curva anómala de tolerancia a la glucosa 140 a 199 mg/100 ml.

Curva de tolerancia a la glucosa: valores de glucosa:
 Ayuno >95 mg/100 ml.
 1 h > 180 mg/100 ml.
 2 h > 155 mg/100 ml.
 3 h > 140 mg/100 ml.

Pruebas estáticas de vitaminas.

Tiamina: Adecuado = $\geq 66 \mu\text{g/g}$, creatinina DL = 27 a 65 $\mu\text{g/g}$ creatinina DS = < 27 $\mu\text{g/g}$ creatinina.
 B12: BN = < 80 pg/ml, D = < 80 pg/ml.
 B5: 1.57 a 4.6 $\mu\text{mol/L}$ y excreción muy baja = <1mg/día.
 Biotina: excreción en orina 26.7 \pm 8.8 mmol/L y concentración en plasma Adecuado \pm = 200 a 500 ng/L

Nutrientes orgánicos:
 Hierro: 50 a 175 $\mu\text{g}/100 \text{ ml}$, (9 a 31 $\mu\text{mol/L}$).
 Calcio: concentración en suero o plasma 8.8 a 10 mg/100 ml, (2.2 a 2.5 mmol/L) y excreción en orina 100 a 400 mg/día.
 Potasio: concentración en suero o plasma 3.5 a 5.1 meq/L y excreción en orina 25 a 120 meq/día, (25 a 120 mmol/día).

Química sanguínea.

Electrolitos, valores de referencia:
 sodio de 135 a 145 meq/L.
 Potasio de 3.6 a 5 meq/L.
 Bicarbonato de 21 a 31 meq/L.
 Cloro de 101 a 111 meq/L.

Glucosa 70 a 110 mg/100 ml en ayunas.

Creatina:
 Varones 0.8 a 1.4 mg/100 ml.
 Mujeres 0.6 a 1.2 mg/100 ml.
 Nitrógeno ureico en sangre:
 5 a 20 mg nitrógeno ureico/100 ml, 1.8 a 7 mmol/L.
 Albumina:
 3.5 a 5 mg/100 ml.

Alanino amino-transferasa: 0 a 45 U/L.
 Aspartato amino-transferasa: 1 a 40 U/L.
 Gamma glutamil-trans-peptidasa: varones y mujeres > 45 años de 8 a 38 U/L.
 Varones y mujeres <45 años de 5 a 27 UL/L.
 Fosfatasa alcalina:
 25 a 140 U/L.

Calcio total:
 8.5 a 10.5 mg/100 ml.
 Bilirrubina total:
 0.1 a 1 mg/100 ml.
 Fosforo:
 2.5 a 4.5 mg/100 ml.

Biometría hemática.

Eritrocitos:
 Varones = 4.3 a 5.9 $\times 10^6/\text{mm}^3$
 Mujeres = 3.5 a 5.9 $\times 10^6/\text{mm}^3$.

Hemoglobina (g/100 ml):
 Varones = 14 a 17
 Mujeres = 12 a 15
 Embarazo = < 11.

Hematocrito (%):
 Varones = 39 a 49
 Mujeres = 33 a 43
 Embarazo = < 33.

Volumen corpuscular medio (fl) ([Hto \times 10]/eri):
 80 a 95.
 Hemoglobina corpuscular media (pg) ([b \times 10]/eri):
 27 a 31.

Concentración de hemoglobina corpuscular media (g/100 ml) ([Hb \times 100]/Hto):
 32 a 36.
 Ancho de distribución de eritrocitos:
 Adecuado = 11 a 14.5 %.

Cuenta de leucocitos =
 5 a 10 $\times 10^3/\text{mm}^3$.

Diferencial (en 100 células % =
 Neutrófilos: 55 a 70.
 Eosinófilos: 1 a 4.
 Basófilos: 0.5 a 1.
 Linfocitos: 40 a 60.
 Monocitos: 4 a 8.

(Martines, 2021)

Bibliografía

Martines, D. R. (2021). *Antologia de Practicas en nutricion clinica 1.* . Comitán de Domínguez : Universidad del Sureste .

Bibliografía:

Haua., A. S. (2010). EL ABCD DE LA EVALUCION DEL ESTADO DE NUTRICION. México: MCGRAW-HILL INTERAMERICANA EDITORES, S. A. de C. V.