



**Nombre del alumno: Juan
Bernardo Hernández López**

**Nombre del profesor: Culebro
Castellanos Cecilio**

**Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico
de la valoración alimentaria**

Materia: Epidemiología

Grado: 2do Grupo: "B"

Valoración alimentaria

puede ser definida como la interpretación de la información obtenida a partir de estudios antropométricos, **alimentarios**, bioquímicos y clínicos.

Indicadores Antropométricos

La antropometría es la medición científica del cuerpo humano, sus diversos componentes y del esqueleto.

La antropometría es una de las mediciones cuantitativas más simples del estado nutricional; su utilidad radica en que las medidas antropométricas son un indicador del estado de las reservas proteicas y de tejido graso del organismo. Se emplea tanto en niños como en adultos.

- a) Peso / talla
- b) Talla para la edad
- c) Peso para la edad
- d) Medición de circunferencia de cintura-cadera
- e) Índice de masa corporal

Técnica de medición

El individuo debe estar de pie, con los talones juntos y el abdomen relajado, los brazos a los lados y el peso repartido en forma equitativa entre ambos pies; se utiliza para la talla el plano de Frankfurt. La circunferencia de la cintura se determina en su zona más estrecha, por encima de la cicatriz umbilical, y la de las caderas, sobre la máxima protusión de los glúteos. La medición se realiza en el plano horizontal, sin comprimir la piel.



Indicadores bioquímicos

Las pruebas bioquímicas permiten medir el nivel hemático (sanguíneo) de vitaminas, minerales y proteínas e identificar la carencia específica de éstos. Su importancia radica en detectar estados de deficiencias subclínicas por mediciones de las consecuencias de un nutrimento o sus metabolitos, que reflejen el contenido total corporal o el tejido específico más sensible

- a) suero/plasma
- b) el contenido de un nutrimento refleja un estado crónico del mismo (eritrocitos)
- c) los leucocitos se utilizan para monitorear cambios cortos del estado del nutrimento
- d) la orina refleja la condición nutricional del momento.

Indicadores Clínicos

Demuestran los cambios físicos que responden a una mala nutrición, y permiten identificar signos y síntomas de las deficiencias o exceso de nutrimentos y aquellos relacionados con una enfermedad.

Ventajas

- a) métodos no invasivos
- b) accesibles y relativamente "fáciles de realizar"

Desventajas

- A) poca especificidad
- b) requieren de personal capacitado y con experiencia.



Estudio del consumo de alimentos

Es uno de los aspectos más importantes de la ciencia de la nutrición el modelo de consumo alimentario y algunas enfermedades crónico-degenerativas, es por eso que uno de los aspectos más interesantes a conocer respecto de la población, desde el punto de vista de la alimentación y nutrición, es la manera en que se alimenta.

La caracterización de los patrones alimentarios puede utilizarse para tomar decisiones políticas respecto del desarrollo de la industria y producción de alimentos, y servir de base para realizar investigación clínica.



Encuestas alimentarias

Al momento de referirnos a las encuestas alimentarias, debemos dividir las primero en 2 grandes grupos: las encuestas alimentarias por registro y las encuestas alimentarias por interrogatorio.

Encuestas alimentarias por registro:

Dentro de este grupo están las encuestas de registro por pesada; éstas se realizan pesando todos los alimentos que una persona consume y luego pesando los restos que dejaron. Este registro se puede realizar por un día o por un número mayor de días, en una casa o en una institución.

La pesada puede ser realizada por una persona entrenada para esto o por la misma persona, aunque para realizar encuestas alimentarias de grandes núcleos de población es necesario contar con un gran número de balanzas.

El inconveniente de este método es ser muy invasivo, lo que puede modificar la forma de alimentarse de la persona

Encuestas por registro gráfico o registro alimentario

Este tipo consta en registrar todos los alimentos que son consumidos en un día, el registro lo hace la misma persona y puede ser realizado en un día o en múltiples días.

Ventajas

- Es que el registro en diferentes días a través del año, nos da una idea del patrón de consumo de alimentos de una persona y de las variaciones temporales, además de que la omisión de alimentos es mínima

Recomendaciones

- con esta técnica, la persona debe recordar todos los alimentos y bebidas que consumió el día anterior y anotar algunos datos que permitirán estimar sus ingestas recomendadas



Bibliografía

[Microsoft Word - cap-15-estado-nutricional \(ucm.es\)](#)

[https://www.fmed.uba.ar/sites/default/files/2019-03/teorico Evaluaci3n Nutricional 2019.pdf#:~:text=La Valoraci3n Nutricional puede ser definida como la,partir de estudios antropom3tricos%20 alimentarios%20 bioqu3micos y cl3nicos.](https://www.fmed.uba.ar/sites/default/files/2019-03/teorico%20Evaluaci3n%20Nutricional%202019.pdf#:~:text=La%20Valoraci3n%20Nutricional%20puede%20ser%20definida%20como%20la,partir%20de%20estudios%20antropom3tricos%20alimentarios%20bioqu3micos%20y%20cl3nicos.)

[M3todos de valoraci3n del estado nutricional \(isciii.es\)](#)