



**Universidad Del Sureste
Campus Comitán**

Licenciatura: Medicina Humana

Tarea: ensayo

Materia: Nutrición

Docente: Rodríguez Martínez Daniela

Grado: 3° semestre

Alumnos: Rojas Torres Viviana Edith

Valoración del estado nutricional

La capacidad del ser humano de ser enfermable es clara a lo largo del tiempo y puede darse en muchos aspectos cotidianos que realiza, pero uno de ellos que marca un punto importante es la alimentación con el objetivo de nutrir al organismo y satisfacer las necesidades del hambre en el ser humano, debido a que esto es una necesidad básica. Es por ello por lo que un mecanismo de importancia en la medicina es la evaluación del estado nutricional de manera individual y colectiva llevándonos a análisis de datos para implementar medidas de prevención y tratamientos para combatir la desnutrición, obesidad y sobrepeso, siendo estas enfermedades a nivel mundial.

Con base a esto la valoración nutricional es aplicada por encargados de la salud y entre ellos los Nutriólogos, el cual se rige por pasos a llevar que describiremos a continuación, que fueron creados a lo largo del tiempo ya que a través de la historia se percató que las enfermedades también provenían por la alimentación, siendo en el año 2003 la aplicación por la ADA¹: “los alineamientos del Proceso de Atención Nutricional, que incluían 1. la evaluación del estado de nutrición; 2. el diagnóstico nutricional; 3. la intervención nutricional, y 4. el monitoreo y evaluación nutricional.” (Navarro, 2010), es decir que la ADA definió que la evaluación del estado nutricional era mediada por evaluaciones de distintos ámbitos como “Historias médicas, nutricionales y de medicamentos; examen físico; mediciones antropométricas; y datos de laboratorio.” (Navarro, 2010); Dándose a conocer los siguientes cuatro métodos para aplicar una evaluación nutricional conocidos como:

Método Antropométrico: se encarga de medir y evaluar las dimensiones físicas y la composición corporal del individuo. Es muy útil para determinar alteraciones proteicas y energéticas; permite detectar estados moderados y severos de mala nutrición, así como problemas crónicos²

Métodos Bioquímicos: muestras orgánicas como saliva, orina, sangre, cabello, uñas, etc. Detectan estados de mala nutrición subclínicos previos a que se presenten las alteraciones antropométricas y clínicas, permiten estimar riesgo de morbilidad y mortalidad.³

Métodos Clínicos: conocer aquellos factores relacionados con el estado de salud del individuo y que afecta el estado de nutrición⁴

¹ ADA (Asociación Americana de Dietética)

² libro “el ABECD de la evaluación del estado de nutrición”

³ libro “el ABECD de la evaluación del estado de nutrición”

⁴ libro “el ABECD de la evaluación del estado de nutrición”

Métodos Dietéticos: una valoración cuantitativa y cualitativa del consumo de alimentos (dieta) del individuo y por ende de nutrimentos y energía⁵

Volviéndose “El ABCD de la evaluación nutricional”, los cuales son aplicables a individuos femeninos y masculinos estando sanos, enfermos y sujetos en riesgo, lo que nos permite realizar la historia clínica nutricional de una persona o una colectividad. Sin embargo el encargado en realizar la historia clínica es necesario que lleve a cabo un procedimiento de entrevista al paciente comenzando con una ficha de identificación es decir que se deberán tomar los datos generales como la edad del paciente, su domicilio, sexo, número telefónico para el seguimiento y su nombre para después continuar con los siguientes aspectos personales como lo son la

Historia médica: donde indagamos en el historial de la persona con respecto a antecedentes de enfermedades pasadas y actuales, hábitos como consumo de alcohol, tabaco,

Historia sociocultural: su estado socioeconómico, cultura, religión, Historia dietética: recaba la información alimenticia desayuno, colaciones, comidas, cena, hora, tiempo, gustos, alergias.

Exploración física: inspección, palpación, percusión y auscultación para evaluar aspectos generales del paciente con respecto a su estado de nutrición, para lo cual se evaluarán características físicas como cabello, uñas, boca, piel, signos vitales.

Evaluación antropométrica: las medidas corporales como talla, peso, estatura el cual cabe recalcar que existen más formas de mediciones como Pliegue cutáneo bicipital, Circunferencia del brazo, Circunferencia de la cintura, Circunferencia cefálica y otras las cuales difieren si es un bebe, niño, adolescente, adulto, personas mayores.

Evaluación bioquímica: permite detectar deficiencias o excesos de ciertos nutrimentos, así como alteraciones, mucho antes de que se vean reflejados en los indicadores antropométricos y clínicos debido a que son mas eficaces ya que son pruebas de laboratorio.

Toda esta información recaudada a través de los métodos de evaluación son de suma importancia ya que cada uno de ellos es de gran aporte para una buena evaluación nutricional lo que nos permitirá tener un resultado correcto de como se encuentra nuestro paciente es decir si se encuentra con desnutrición ,obesidad o sobrepeso , también cabe recalcar que es importante llevar una constancia en el desarrollo de la evaluación es decir debe haber un compromiso entre el medico y el paciente según “el Código de ética definido por el Colegio Mexicano de Nutriólogos destaca la importancia de conducirse siempre con honradez, diligencia, respeto, formalidad, discreción, honorabilidad, responsabilidad y sinceridad,

⁵ libro “el ABECD de la evaluación del estado de nutrición”

además de proteger la confidencialidad de la información restringiendo su uso.” (Navarro, 2010) todo esto con el objetivo de entablar una buena relación médico paciente la cual es importante para el tratamiento o la prevención de manera individual o colectiva por medio de la aplicación del ABCD y la historia clínica-nutricional como se menciona a continuación

En los individuos⁶:

- Detectar problemas de mala nutrición.
- Determinar la presencia de deficiencias nutricias encubiertas.
- Identificar aquellos individuos que se encuentran en riesgo de desarrollar mala nutrición.
- Ubicar individuos en riesgo de desarrollar enfermedades relacionadas con la nutrición.
- Localizar fuentes accesibles al individuo para ayudarlo a evitar alteraciones nutricias.
- Conocer los factores causales de la mala nutrición o del riesgo de desarrollarla.

En las poblaciones⁷:

- Determinar la magnitud y distribución geográfica de la mala nutrición como problema sanitario.
- Descubrir y analizar los factores ecológicos o del medio ambiente que directa e indirectamente son responsables de las alteraciones nutricias.
- Proponer medidas correctivas, aplicadas con la participación de la comunidad.
- Medir el impacto de la aplicación de programas.

Sim embargo existen factores que aun no nos permiten llegar a disminuir los problemas de desnutrición, obesidad y sobrepeso debido a los problemas socioeconómicos, como la pobreza, la mala educación en la alimentación, la discriminación, las enfermedades que también afecta a un buen estado nutricional aunque se lleve una buena dieta ,el saneamiento de los lugares donde residen las personas ,como bien notamos pasar de que hay métodos para crear medidas de prevención y tratamiento aun así es un problema de manera nacional y mundial y de gran importancia en el estado de salud de las personas debido a como ya se menciona es una actividad vital para el ser humano ,pero lamentablemente solemos llevarlo a extremos creándonos patologías que pueden ser curables pero también pueden llevarnos a la muerte.

⁶ libro “el ABECD de la evaluación del estado de nutrición”

⁷ libro “el ABECD de la evaluación del estado de nutrición”

Bibliografía

Navarro, A. S. (2010). *El ABCD de la evaluación del estado de nutrición*. Mexico: The McGraw-Hill Companies.