



**Nombre de alumnos: Erwin Avelino Bastard Alvarado.**

**Nombre del profesor: Joanna Judith Casanova Ortiz.**

**Nombre del trabajo: mapa conceptual de la valoración del estado nutricional.**

**Materia: Nutrición clínica I.**

**Grado: 3 cuatrimestre.**

**Grupo: A.**

Pichucalco, Chiapas a 11 de junio del 2021.

# VALORACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

El estado nutricional es la situación de salud y bienestar que determina la nutrición en una persona o colectivo. Asumiendo que las personas tenemos necesidades nutricionales concretas y que estas deben ser satisfechas, un estado nutricional óptimo se alcanza cuando los requerimientos fisiológicos, bioquímicos y metabólicos están adecuadamente cubiertos por la ingestión de nutrientes a través de los alimentos.

## AGRUPACIÓN

### DETERMINACIÓN DE LA INGESTIÓN DE NUTRIENTES

Consiste en cuantificar los nutrientes ingeridos durante un período que permita suponer que responde a la dieta habitual.

**ESCALA NACIONAL:** (hojas de balance alimentario que permiten conocer la disponibilidad de alimentos de un país).

**ESCALA FAMILIAR:** (encuestas de presupuesto familiar, inventarios dietéticos familiares).

**ESCALA INDIVIDUAL:** : que es lo que genéricamente se conoce como encuestas nutricionales.

### DETERMINACIÓN DE LA ESTRUCTURA Y COMPOSICIÓN CORPORAL

Se basan en tomar medidas de longitud y peso sobre el propio cuerpo y compararlas con valores de referencia en función de nuestra edad, sexo y estado fisiopatológico.

**TALLA Y PESO:** Los parámetros más habituales y que siempre se miden son la talla (T) y el peso (P). Existen numerosas tablas que nos indican el peso deseable en función de nuestra talla y sexo.

**GRASA CORPORAL:** Para hacer una estimación de la grasa subcutánea, que representa aproximadamente el 50% de la total, se suelen medir los pliegues subcutáneos de distintos puntos del cuerpo con un lipocalíper o plicómetro.

### EVALUACIÓN BIOQUÍMICA DEL ESTADO NUTRICIONAL

La gran ventaja de los datos bioquímicos respecto al resto es su objetividad debido al control de calidad riguroso que debe tener cada laboratorio.

### EVALUACIÓN CLÍNICA DEL ESTADO NUTRICIONAL

En caso de malnutrición específica de algún nutriente o generalizada, cuando llega a un grado importante de gravedad da lugar a la aparición de signos clínicos evidentes en ciertas zonas u órganos corporales tales como la cara, cabello, cuello, ojos, labios, dientes, etc.

## OTROS SISTEMAS DE EVALUACIÓN

### PARÁMETROS INMUNOLÓGICOS

El estado nutricional afecta claramente al sistema inmunitario, por lo cual se puede utilizar determinados parámetros para evaluar una situación nutricional disminuida.

### GRADO DE MINERALIZACIÓN ÓSEA

Se suele utilizar la técnica de absorciometría de fotones basada en que el contenido mineral del hueso estudiado es directamente proporcional a la energía absorbida de un fotón emitido por radionúclido.

## FACTORES DETERMINANTES DEL ESTADO NUTRICIONAL

### ALIMENTACION

Disponibilidad de alimentos, acceso a los alimentos, consumo de alimentos inocuos y de buena calidad y costumbres alimentarias, gustos y preferencias.

### ESTADO DE SALUD

Estado fisiológico, estado de salud, utilización personal de los servicios de salud, saneamiento eficaz del medio ambiente e higiene de las actividades domésticas.

### CUIDADOS Y NUTRICION

Capacidad de la familia y de la comunidad para cuidar de las personas vulnerables o dedicar tiempo, atención, ayuda y conocimientos prácticos para cubrir las necesidades de estas personas.

## MÉTODOS DE EVALUACIÓN NUTRICIONAL

### MÉTODOS ANTROPOMÉTRICOS

Físicas y composición del cuerpo.

### MÉTODOS DIETÉTICOS

Incluyen encuestas para medir la cantidad de alimentos consumidos durante uno o varios días o la evaluación de los patrones de alimentación durante varios meses previos.

## METODOS BIOQUIMICOS

Incluyen la medición de un nutriente o sus metabolitos en sangre, heces u orina o medición de una variedad de compuestos en sangre y otros tejidos que tengan relación con el estado nutricional.

## METODOS CLINICOS

Para obtener los signos y síntomas asociados a la malnutrición. Los síntomas y signos son con frecuencia no específicos y se desarrollan solamente en un estado avanzado de la depleción nutricional.

## EVALUACIÓN DE RIESGOS DEL ESTADO NUTRICIONAL

### NIÑOS Y ADOLESCENTES

- Peso para la talla.
- Circunferencia cefálica para la edad.
- Estatura para la edad.
- IMC.
- Anemia.
- Bajo peso al nacer.

### ANCIANOS

- Capacidad para valerse por sí mismo.
- Capacidad para preparar alimentos.
- Dentadura.
- Múltiples medicamentos.

### ADULTOS

- Cambios en peso.
- Alergias alimentarias.
- Dieta.
- Valores de laboratorios: albúmina, hematocrito.
- Cambios en el apetito.
- Nauseas/vomito.
- Hábitos intestinales.
- Habilidad de masticación y deglución.
- Diagnóstico médico.

## BIBLIOGRAFÍA

- [https://wiki.elika.eus/index.php/Estado\\_nutricional](https://wiki.elika.eus/index.php/Estado_nutricional)
- <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-medidas-empleadas-evaluar-el-estado-13044456>
- <https://es.slideshare.net/juanbarrionuevo12/estado-nutricional-determinantes-y-mtodos-para-su-evaluacin>
- [https://issuu.com/jcmamanisalinas/docs/el\\_abcd\\_de\\_la\\_evaluaci\\_\\_n\\_d\\_el\\_estad](https://issuu.com/jcmamanisalinas/docs/el_abcd_de_la_evaluaci__n_d_el_estad)