



**Nombre del alumno: Jhoana Guadalupe Arreola Mayorga**

**Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillén**

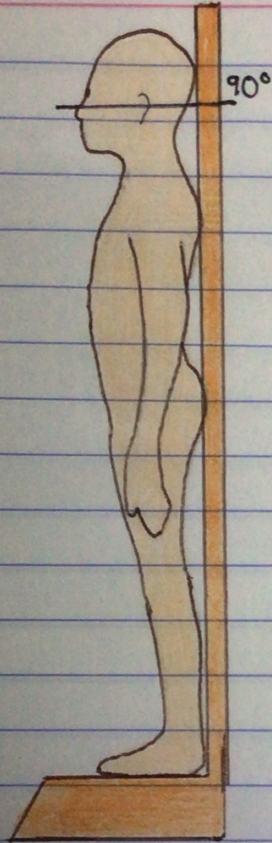
**Nombre del trabajo: Actividad de clase**

**Materia: Nutrición**

**Grado: 3er semestre Medicina humana**

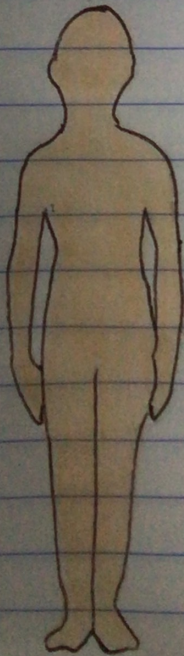
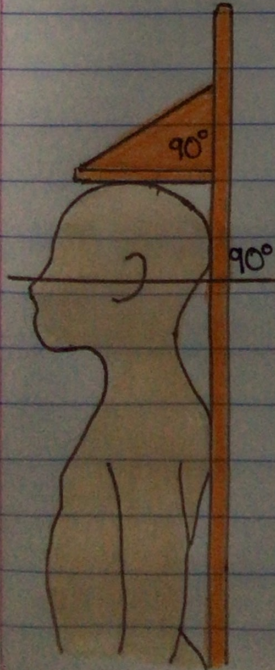
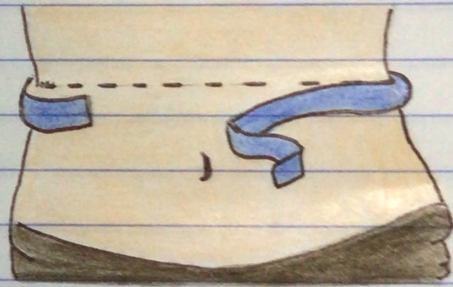
# Peso

- Espalda recta
- Pies juntos
- Cabeza a  $90^\circ$



# Circunferencia

- Brazos en "T"
- Cinta dos dedos arriba del ombligo



# Talla

- Posición recta
- Brazos a los lados
- Cabeza recta ( $90^\circ$ ).



## Examen físico

A través de este método se pueden detectar signos relacionados con los trastornos de nutrición que no pueden ser identificados por algún otro procedimiento de evaluación nutricional. Puede observarse en piel, cabello, ojos y las mucosas. Se lleva a cabo mediante cuatro técnicas:

- 1: Inspección. Observación crítica para la evaluación del color, forma, textura y tamaño de cada parte del cuerpo
- 2: Palpación. Mediante el tacto evalúa la textura, temperatura, tamaño y movilidad. Involucra la palpación superficial (dedos) y profunda (mano).
- 3: Percusión. Con golpes rápidos y delicados con los dedos se pretende escuchar los sonidos producidos e identificar anomalías.
- 4: Auscultación. Escuchar ruidos de los órganos. (pulmones, corazón, hígado, e intestino).

Los elementos o características que se deben inspeccionar son: examen general, signos vitales, dimensiones físicas y composición corporal, e identificación de signos.

**Examen general.** Observación general que implica la orientación, expresión verbal, movilidad, forma del cuerpo, postura, conciencia, heridas, etc.

**Signos vitales.** Debe tomarse la presión arterial, pulso, temperatura corporal y frecuencia respiratoria.

**Dimensiones físicas y composición corporal.** Implica la evaluación visual de las condiciones del individuo, simetría, proporción entre peso y talla, entre otros.

**Identificación de signos.** Se realiza en sentido cefalocaudal y comprende:

Cabeza. Simetría, forma, arterias.

Cabello. Color, brillo, textura, Cantidad.

Cara. Color, lesiones, textura, humectación

Ojos. Humectación, color, conjuntiva, esclerótica.



Nariz, forma, escurrimiento, membrana.

Boca. Color, simetría, lesiones, humectación, lengua, mucosa.

Cuello. Glándulas, venas.

Piel. Coloración, pigmentación, textura

Uñas. Color, forma.

Tórax. Tejido adiposo, desarrollo muscular, distensión



**Referencias**

Suverza F. A., y Haua N. K. (2010) El ABCD de la evaluación del estado de nutrición. Me Graw Hill.