

# Pruebas medicas de rutina

Existen pruebas medicas de rutina que generan informacion util para el nutriólogo, algunas de las cuales se describen a continuacion.

Pruebas de lipidos para evaluar y supervisar el riesgo de enfermedades cronicas.

Perfil de lipidos y sindrome metabolico.

La medicion de lipidos en la sangre proporciona informacion acerca de la salud cardiovascular. Con estos parametros se facilita la prevencion y el tratamiento de problemas cardiovasculares.

	< 200	Adecuada
El sindrome metabolico implica una serie de factores de riesgo metabolico.	200-239	Limite alto
	≥ 240	Elevado
	Lipoproteina de alta densidad	
La federacion nacional de diabetes propuso una definicion que pudiera utilizarse en cualquier pais.	< 40	bajo
	≥ 60	Optimo
	Lipoproteina de baja densidad	
Es la federacion tambien define puntos de corte de la circunferencia abdominal para distintas poblaciones.	< 100	Optimo, adecuado
	100 a 129	Adecuado casi optimo
	130 a 159	Limite alto
	160 a 189	Elevado
Trigliceridos	≥ 190	Muy elevado
	< 150	Adecuado
	150 a 199	Limite alto
	200 a 499	Elevado
	≥ 500	Muy elevado

Para el diagnóstico del SM el paciente debe presentar obesidad central o visceral

### Metabolismo de la glucosa

La diabetes mellitus es una enfermedad metabólica que se caracteriza por la elevación de glucosa en la sangre a consecuencia de las anomalías de secreción de insulina.

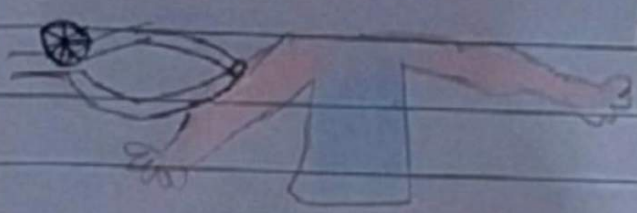
Para supervisar el control que el paciente tiene de su padecimiento se utilizan tres pruebas.

1) Glucosa al azar o en ayunas

2) Hemoglobina glicosilada. (considerando que la vida media de los eritrocitos es de 120 días). El valor adecuado sería de HbA<sub>1c</sub> = 5 - 7%. Por arriba del valor máximo, sería indicio de control inadecuado de la DM y un valor de 13 a 20% reflejaría un mal manejo del padecimiento.

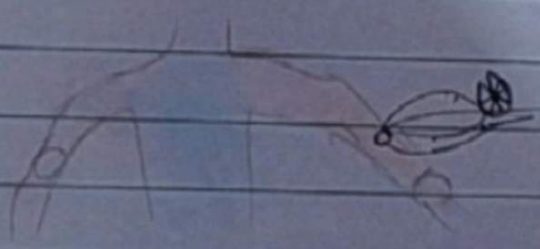
3) Mediante la fructosamina sérica se evalúa el control de la DM a mediano plazo (2-3 semanas), midiendo las proteínas séricas glucosiladas. El nivel adecuado sería de 1 a 2% de proteínas totales.

# Pircometro



Biceps

Se mide en el punto medio del brazo



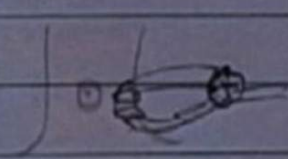
Triceps

Parte frontal del brazo



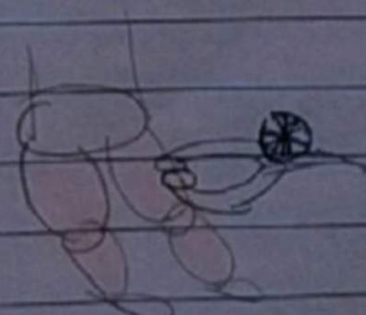
Subescapular

Angulo interno debajo de la escapula



Suprailiac

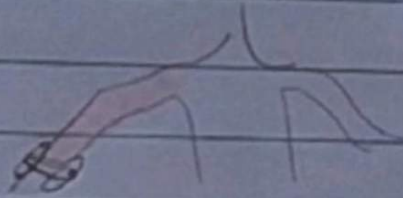
Por arriba de la cadera iliaca, en la linea axilar media



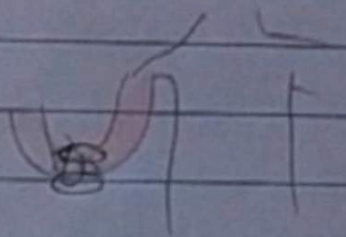
Muslo

Parte anterior del muslo

## Paquimetro



Bistoido  
Entre apófisis estiloideas del radio  
y del cubito



Bicpitumero  
Distancia entre el epicóndilo  
y la epitroclea



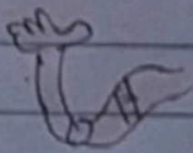
Bicpitofemur  
Distancia entre el cóndilo  
lateral y medial del femur

## Cinta métrica o cinta antropométrica.



Perímetro antebrazo

Perímetro máximo del brazo



Perímetro de brazo

Perímetro máximo del brazo  
contraído



Perímetro muslo

Tomado un centímetro  
por debajo del pliegue glúteo