



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Erwin Avelino Bastard Alvarado.

Nombre del tema: Super nota de medidas de evaluación alimentaria y nutrición en estudios epidemiológicos.

Parcial: III parcial.

Nombre de la Materia: Epidemiología.

Nombre del profesor: Viktor Manuel Nery González.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: 4.

Pichucalco, Chiapas a 12 de noviembre del 2021.

“MEDIDAS DE EVALUACIÓN ALIMENTARIA Y NUTRICIA EN ESTUDIOS EPIDEMIOLÓGICOS”

La epidemiología nutricional es el estudio de los determinantes relacionados a la nutrición en la salud de la población, cuyo objetivo principal es el monitoreo de: consumo de alimentos, ingesta de nutrientes y el estado nutricional; brindar evidencia para la toma de decisiones; generar nuevas hipótesis sobre la relación de la dieta y la enfermedad; y, además habrá de considerarse la vulnerabilidad socio-cultural y la política.

Dada la estrecha relación que existe entre nutrición y salud, la determinación del estado nutricional de un individuo o de un colectivo de personas concreto es una necesidad en nuestro actual estado de desarrollo sanitario, tanto como medida de prevención primaria como secundaria.

El concepto de evaluación del estado nutricional tiene un carácter y unas aplicaciones amplísimos. Desde el punto de vista de la medicina preventiva de un país, es fundamental conocer el estado nutricional del mayor porcentaje posible de su población, para posteriormente, poder hacer las intervenciones pertinentes en materia de salud pública. Otro punto de vista es la evaluación específica en distintos grupos vulnerables como son las mujeres embarazadas, los niños y las personas mayores. En el otro extremo está la necesidad de conocer el estado nutricional en el ámbito hospitalario, en el caso de enfermedades concretas, para poder obtener un pronóstico y poder intervenir en su curso evitando complicaciones.

El estado nutricional de un individuo se puede definir como el resultado entre el aporte nutricional que recibe y sus demandas nutritivas, debiendo permitir la utilización de nutrientes mantener las reservas y compensar las pérdidas. Cuando ingerimos menor cantidad de calorías y/o nutrientes de los requeridos, se reducen las existencias de los distintos compartimentos corporales y nuestro organismo se vuelve más sensible a descompensaciones provocadas por un traumatismo, una infección o una situación de estrés. Por otra parte, cuando ingerimos más de lo que necesitamos para nuestras actividades habituales, se incrementan las reservas de energía de nuestro organismo, fundamentalmente ubicadas en el tejido adiposo. Una ingestión calórica excesiva, un estilo de vida sedentario o ambas cosas a la vez determinan un aumento del tamaño de nuestros depósitos de grasa que cuando alcanzan un valor crítico comportan la aparición de un cuadro clínico y social conocido como obesidad.

Tabla 1. Principales índices utilizados para evaluar el estado nutricional

IMC (índice de masa corporal)

$$\text{IMC} = \text{Peso}(\text{kg})/\text{Talla}^2(\text{m})$$

Interpretación

- < 19 indica desnutrición
- 19-25 indica normalidad
- 25-30 indica sobrepeso (obesidad tipo I)
- 30-40 indica obesidad de grado II
- > 40 indica obesidad de grado III

Relación cintura/cadera

Es una medida del riesgo de enfermedad cardiovascular. Consiste en dividir el perímetro del abdomen con el de la cadera.

Interpretación

- > 0,8 indica riesgo de enfermedad cardiovascular

MÉTODOS DE EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

El estado nutricional es el reflejo del estado de salud. Aun cuando no existe el estándar de oro en este sentido, las más utilizadas son la evaluación global objetiva (VGO) y la valoración global subjetiva (VGS).



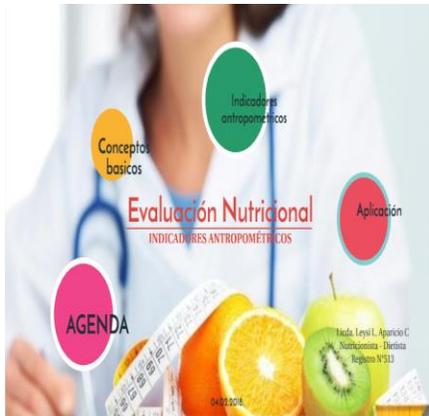
- **Evaluación Objetiva:** Indicada en pacientes desnutridos/en riesgo de desnutrición y cuando sea necesario para hacer indicaciones nutricionales precisas con el objeto de corregir alteraciones originadas por la malnutrición. Se lleva a cabo mediante la aplicación de indicadores de manejo simple y práctico, clínicos, antropométricos, dietéticos, socioeconómicos.

- **Evaluación Global Subjetiva:** Integra al diagnóstico de la enfermedad que motiva la hospitalización, parámetros clínicos obtenidos de cambios en el peso corporal, ingesta alimentaria, síntomas gastrointestinales, y capacidad funcional. El valor de este método de evaluación es identificar pacientes con riesgo y signos de desnutrición; se le han realizado modificaciones de acuerdo con las entidades clínicas adaptándolas a pacientes oncológicos y renales. La Evaluación global subjetiva presenta una sensibilidad del 96-98% y una especificidad del 82-83%. No es útil en pacientes con malnutrición por exceso.

INDICADORES DEL ESTADO DE NUTRICIÓN

Indicadores antropométricos

La antropometría es la medición científica del cuerpo humano, sus diversos componentes y del esqueleto. Es una palabra compuesta formada por antropo, que se refiere al ser humano (hombre), y metrología, la ciencia que trata las



unidades de medida. 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. Los indicadores antropométricos nos permiten evaluar a los individuos directamente y comparar sus mediciones con un patrón de referencia generalmente aceptado a nivel internacional y así identificar el estado de nutrición, diferenciando a los individuos

nutricionalmente sanos de los desnutridos, con sobre peso y obesidad. Los indicadores antropométricos más comunes que conocemos son:

- **Peso / talla:** Dentro de los indicadores antropométricos, los más utilizados han sido las mediciones de peso y talla, pues tienen amplia disponibilidad de equipo, facilidad y precisión en su ejecución, y gozan de aceptación general por parte de los pacientes evaluados. Evalúa la desnutrición aguda o de corta duración. La mayor parte de los individuos definen la presencia de obesidad de acuerdo con el peso corporal; el problema básico que implican estas medidas es que el peso guarda una relación estrecha con la talla, motivo por el cual no pondera adecuadamente la grasa corporal, pues se debe recordar que en la obesidad existe un exceso de la misma; sin embargo, en menores de 12 años es el indicador de elección para evaluar el impacto de los programas de intervención nutricional.



- **Talla para la edad:** Es adecuado para niños, es el resultado de la medición de la talla relacionado con la edad, donde se compara con un patrón o tablas de referencia y se obtiene el diagnóstico; este indicador evalúa la desnutrición crónica, de larga duración, y nos da en su caso el retardo en el crecimiento (desmedro o pequeñez). Es útil en los programas de investigación social.

- **Peso para la edad:** Es recomendable también en la evaluación del estado de nutrición en niños, el resultado de la medición del peso relacionado con la edad, se compara con una tabla o patrón de referencia y se obtiene la clasificación del estado nutricional. Este indicador es útil para predecir el riesgo de morir en menores de cinco años, por lo cual es de suma utilidad en los programas de vigilancia nutricia en este grupo de edad. Evalúa la desnutrición aguda y crónica, sin diferenciar la una de la otra.



- **Medición de circunferencia de cintura-cadera:** La de relación cintura/cadera (RCC) se ha propuesto en fecha reciente a la evaluación antropométrica del estado de nutrición y es un indicador útil en la descripción de la distribución del tejido adiposo. Así como buen predictor de alteraciones secundarias a la obesidad. El índice se calcula dividiendo la circunferencia de la cintura entre el de la cadera.

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 la deficiencia y en el apoyo que representan para otros métodos de evaluación nutricia.



Dentro de las ventajas de los indicadores bioquímicos podemos destacar:

- a) Suero/plasma, su concentración refleja la ingestión dietética reciente.
- 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.

Sus desventajas son:

- a) Costosos.
- b) Requieren de alta precisión en la obtención de la muestra, almacenamiento y análisis.
- c) Método invasivo.
- d) En muestras de orina, los métodos de recolección son incómodos.

Indicadores clínicos



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

Las ventajas de los indicadores clínicos son:

- a) métodos no invasivos.
- b) accesibles y relativamente “fáciles de realizar”.

Dentro de sus desventajas debemos mencionar:

- a) poca especificidad, sobre todo en aquellos debidos a las deficiencias de micronutrientes.
- b) requieren de personal capacitado y con experiencia.

Aunque no es posible tener una idea exacta del estado de nutrición a partir de datos dietéticos exclusivamente, los resultados de las encuestas alimentarias sí permiten tener información sobre la posibilidad de que una persona o un grupo de personas tengan ingesta de energía y nutrientes y constituyan un grupo de riesgo.

ENCUESTAS ALIMENTARIAS

Encuestas alimentarias por registro se subdividen en:

- **Las encuestas de registro por pesada:** 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 el hogar o en una institución. Permite el registro por pesada por lo que las cantidades de alimentos son exactas y el registro de varios días permite evaluar la ingesta habitual de la persona.



- **Las encuestas por registro gráfico o registro alimentario:** Consta en registrar todos los alimentos consumidos en un día, el registro lo hace la misma persona y puede ser realizado en un día o en múltiples días. Permite 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.

BIBLIOGRAFÍA

- <https://www.elsevier.es/es-revista-offarm-4-articulo-medidas-empleadas-evaluar-el-estado-13044456>

- https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112010000900009

- <https://www.medigraphic.com/pdfs/veracruzana/muv-2004/muv042e.pdf>

- <https://www.sica.int/busqueda/Noticias.aspx?IDItem=35897&IDCat=3&IdEnt=115>

- https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112010000900009

