



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Daniela Rocio Villarreal Cerdio

Licenciatura en Enfermería

Epidemiología

Catedrático: Lic. María José Hndz.

Tapachula, Chiapas a 20 de Noviembre de 2021

Medidas Paramétricas

BENEFICIOS

- Se pueden evaluar las modificaciones que van sucediendo a lo largo del tiempo
- Conociendo nuestra composición corporal, se puede modificar la alimentación y la actividad física
- Nos ayuda a lograr el objetivo planteado, y ver si lo que nos proponemos es realmente viable.
- se puede realizar una planificación absolutamente personalizada de la alimentación y del tipo, duración e intensidad del ejercicio para obtener los mejores resultados.
- Estudia los componentes del cuerpo humano, permite diferenciar peso bruto de los tejidos

FUNCION

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. Nos permite saber cómo está constituido el cuerpo, ya que lo más importante no es cuanto pesamos, sino cómo está repartido ese peso en los diferentes componentes.

La antropometría es una técnica que nos permite analizar la composición corporal y proporcionalidad de cada persona para conocer como esta afecta a su rendimiento.. Deben ser tomadas por una persona experta y deben ser comparadas con tablas de referencia apropiadas. En ellas edimos el peso, altura, longitudes, perímetros, diámetro y pliegues cutáneos, localizamos una serie de puntos anatómicos descritos por Ross y Marfell-Jones (1991), y procesamos los datos recogidos mediante la aplicación de diferentes ecuaciones y fórmulas estadísticas.

PESO

Mide la masa corporal total de un individuo. El mismo debe tomarse con la menor cantidad de ropa posible. Existen numerosas tablas que nos indican el peso deseable en función de nuestra talla y sexo. Las más utilizadas son las de la Metropolitan Life Insurance(1983) en las que se expresa el peso que previsiblemente favorecerá una mayor longevidad del individuo en función de su talla, sexo y complexión

TALLA

Mide el tamaño del individuo desde la coronilla de la cabeza hasta los pies (talones), el niño se mide de pie (parado). Depende de diversos factores, como el ambiente, los antecedentes genéticos, los hábitos dietéticos, el estilo de vida y la etnia, pueden tener un papel importante en la determinación de la estatura humana.



PERIMETRO

Los perímetros corporales se calculan con una cinta métrica y permiten conocer la evolución de la masa muscular. También nos permite tener referencias, por ejemplo, al observar el perímetro de la cintura.



DIAMETRO

Los diámetros corporales expresan la distancia entre dos puntos anatómicos representativos y permiten estimar la masa ósea.



PLIEGUES

La medición de los pliegues corporales permite conocer la grasa subcutánea de una persona. De esta forma, un incremento en la suma de los pliegues es indicativo de un aumento de masa grasa.

