



**Mi Universidad**

**Súper Nota**

*Nombre del Alumno: Carlos Alberto Avendaño Ballinas.*

*Nombre del tema: Consulta y Hábitos Alimentarios.*

*Parcial: Cuarto Parcial.*

*Nombre de la Materia: Practicas En Nutrición Clínica I.*

*Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez.*

*Nombre de la Licenciatura: Nutrición.*

*Cuatrimestre: 8°*

**Consulta de nutrición (Evaluación):** La evaluación es el análisis exhaustivo que el nutriólogo lleva a cabo para definir el estado de nutrición de un sujeto, y su finalidad no sólo es obtener los datos iniciales del paciente, sino también revalorar y analizar de manera continua sus necesidades. De esta evaluación se derivará la información que será la base del diagnóstico nutricional. Entre los nutriólogos, la recopilación de la información nutricional es básica, y consiste en recabar los datos antropométricos, bioquímicos, clínicos y dietéticos del paciente.



**Historia clínico-nutricional:** El objetivo de la evaluación nutricional es obtener la información que permita hacer un juicio profesional sobre el estado de nutrición del sujeto, lo cual implica una historia clínico-nutricional detallada, exploración física, datos de laboratorio e interpretación de los signos y síntomas relacionados con el estado de nutrición. La historia clínico-nutricional incluye antecedentes médicos, socioculturales y dietéticos, además de exploración física, mediciones antropométricas y pruebas de laboratorio del paciente.



**Hábitos alimenticios:** Un hábito es un mecanismo estable que crea destrezas o habilidades, es flexible y puede ser utilizado en varias situaciones de la vida diaria. Los hábitos conforman las costumbres, actitudes, formas de comportamientos que asumen las personas ante situaciones concretas de la vida diaria, las cuales conllevan a formar y consolidar pautas de conducta y aprendizajes que se mantienen en el tiempo y repercuten (favorable o desfavorablemente) en el estado de salud, nutrición y el bienestar.



**Recordatorio de 24 horas:** Las ventajas de este método es que permite obtener información detallada de los alimentos y el método de preparación empleado; no exige nivel de escolaridad en el entrevistado; no requiere demasiada memoria; es de corta duración (20 minutos) y es útil para aplicar en grupos poblacionales.

