



Nombre del trabajo:

Síntesis del A, B, C, D de la nutrición

Materia:

Nutrición

Tercer semestre

Nombre del docente:

Lic. Jessica Velázquez

Nombre del alumno:

Abril Amairany Ramírez Medina

Tuxtla Gutiérrez, Chiapas

09 de septiembre de 2022

El estado nutricional se enfoca en cuatro parámetros que ayudan al nutriólogo a conocer el estado de salud del paciente. Estos parámetros son conocidos como El ABCD de la nutrición o como El ABCD de la evaluación del estado nutricional.

Los procedimientos son clasificados en: antropométricos, bioquímicos, clínicos y dietéticos. Los datos a obtener integran la historia médica del sujeto, su historia dietética, historia sociocultural, examinación física, mediciones antropométricas y pruebas de laboratorio.

### **Indicadores antropométricos**

Los indicadores antropométricos permiten hacer la evaluación de las magnitudes físicas del paciente así como conocer su estructura del cuerpo. Las mediciones tienen que ser tomadas según la técnica de Lohman, por personas antes estandarizadas de consenso al procedimiento de Habitch y con los equipamientos que cumpla con las reglas de calidad establecidas internacionalmente.

Las mediciones que se propone tomar a los pacientes adultos son: el peso, la estatura, el ancho de codo, la circunferencia de muñeca, los cuatro pliegues cutáneos o panículos adiposos: tricipital, subescapular, suprailíaco y bicipital, y las circunferencias de cintura, cadera, abdomen y brazo. Tienen la posibilidad de establecer el porcentaje de grasa del cuerpo total, la masa independiente de grasa y el agua del cuerpo total.



### **Indicadores bioquímicos**

Los indicadores bioquímicos permiten identificar deficiencias de nutrimentos un largo tiempo previo a que los indicadores antropométricos y clínicos se vean alterados. Del mismo modo, varias de estas pruebas son útiles para evaluar el consumo existente de ciertos nutrimentos y tienen la posibilidad de ejercer en términos generales con indicadores dietéticos para evaluar el consumo de alimentos y nutrimentos. En los casos en que se amerite se tienen que pedir las pruebas bioquímicas correctas para complementar el diagnóstico del paciente de consenso al estudio personal o siguiente a la interpretación de los datos logrados.



### **Indicadores clínicos**

Se debe realizar una evaluación de la apariencia o aspecto general del paciente, sus actitudes, y observar tejidos superficiales (piel, cabello, etc.)

con el objeto de relacionar estos últimos con algún tipo de problema nutricional específico. Para identificar los signos, se deberá medir la presión arterial.



### **Indicadores dietéticos**

Se debe obtener información acerca del consumo de alimentos, los hábitos alimentarios, las condiciones de vida y otros componentes psicosociales que tengan la posibilidad de influir la selección, la preparación y el consumo de alimentos del paciente. Resulta fundamental tener en cuenta que la evaluación dietética representa un indicador con un rango de error elevado. Esto se debería a diversos componentes:



- Depende de la memoria del paciente
- A la dificultad que representa para el paciente estimar las porciones consumidas
- A la sub o sobre estimación de los alimentos
- Al sesgo del nutriólogo que entrevista al paciente
- A la estimación nutrimental del consumo, así como a la utilización de tablas de valores nutrimentales de los alimentos. Sin embargo, existen estrategias que permiten disminuir el error implícito en la evaluación dietética.

### **La evaluación del estado nutricional ayuda a:**

- Detectar problemas alimenticios
- Mejorar los hábitos alimenticios
- Crear una dieta balanceada
- Proporcionar un mejor control de peso
- Determinar la presencia de deficiencias nutricionales
- Prevenir enfermedades relacionadas a la nutrición