

MEDIDAS SOMATOMETRICAS CORRESPONDIENTES A LA EVALUACION DEL CRECIMIENTO

ELABORADO POR LUIS DEL SOLAR.

¿QUÉ ES?

La somatometría es el conjunto de técnicas que permite realizar mediciones exactas de las dimensiones del cuerpo del recién nacido (o cualquier persona). A partir de los valores que se obtienen se realiza un control del crecimiento del bebé y se valora su estado de salud o la aparición de algunas enfermedades.



Pueden incluir talla o longitud supina, peso, pliegues cutáneos, perímetro braquial y cefálico, entre otras.



El peso y la talla son generalmente consideradas como las medidas más importantes para evaluar un crecimiento y estado de nutrición normales.



SEGÚN LA OMS:

Somatometría, a la medición de las dimensiones físicas del cuerpo humano.

Valorar de manera objetiva las manifestaciones que se pueden percibir y medir en un organismo vivo de forma constante, proporcionando información de órganos vitales como cerebro, corazón y pulmones.

¿CÓMO SE MIDE LA SOMATOMETRÍA?

Se calcula al dividir el peso del paciente expresado en kilogramos sobre su estatura en centímetros, elevado al cuadrado.

LOS MÁS IMPORTANTES SON:



- Peso.
- Talla.
- IMC.
- Medida de pliegues subcutáneos.
 - Perímetro cintura.
 - Perímetro cadera.
 - Perímetro muñeca.
 - Índice cintura-cadera.



MATERIAL:

- Balanza o báscula
- Cinta métrica.
- Toallas desechables.
- Libreta y pluma.
- Bolsa para desechos

CLASIFICACIÓN:

Tabla 1. Indicadores antropométricos básicos

Indicador	Medida somatométrica	Componentes que evalúa	Objeto de medida primario
Brazo izquierdo	Peso	Masa corporal	Cuerpo (incluido hueso y agua)
	Perímetro o longitud	Cintura, volumen corporal, grasa y proteínas	Cuerpo
	Pliegue cutáneo	Masa corporal	Grasa
Cintura	Peso	Masa corporal	Cuerpo (incluido hueso y agua)
	Perímetro o longitud	Cintura, volumen corporal, grasa y proteínas	Cuerpo
	Pliegue cutáneo	Masa corporal	Grasa
Perímetro de la cintura	Peso	Masa corporal	Músculo y grasa
	Perímetro o longitud	Cintura, volumen corporal, grasa y proteínas	Cuerpo (incluido hueso y agua)
	Pliegue cutáneo	Masa corporal	Grasa
Perímetro de la muñeca	Peso	Masa corporal	Músculo y grasa
	Perímetro o longitud	Cintura, volumen corporal, grasa y proteínas	Cuerpo
	Pliegue cutáneo	Masa corporal	Grasa

Los datos están basados en el estudio de la nutrición infantil.

Elaborado por: Luis del Solar, M.D., Ph.D., Profesor de Nutrición y Salud Pública, Universidad de Chile, Santiago, Chile. Publicado en: *Revista Chilena de Nutrición*, 2008, vol. 36, no. 1, pp. 1-10.

El peso corporal valora la masa del organismo y es el resultado de los cambios producidos en sus diversos componentes: la masa magra o muscular, la masa grasa o adiposa, la masa esquelética, la masa visceral y el agua corporal total.