



Nombre del Alumno: José Miguel Reyes Villegas

Nombre del tema: medidas antropométricas

Parcial 3

Nombre de la Materia: Epidemiología

Nombre del profesor: Víctor Manuel Nery González

Nombre de la Licenciatura Enfermería

Cuatrimestre 1

Lugar y Fecha: 10 de noviembre Pichucalco, Chiapas

# MEDIDAS ANTROPOMETRICAS

- 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.
- Las medidas antropométricas son técnicas no invasivas, rápidas, sencillas y económicas.

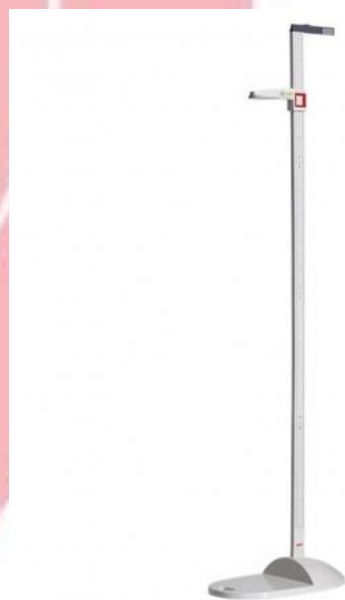
## ESTATURA

es el parámetro fundamental para enjuiciar el crecimiento en longitud pero es menos sensible que el peso a las deficiencias nutricionales

### MATERIAL

- Estadímetro

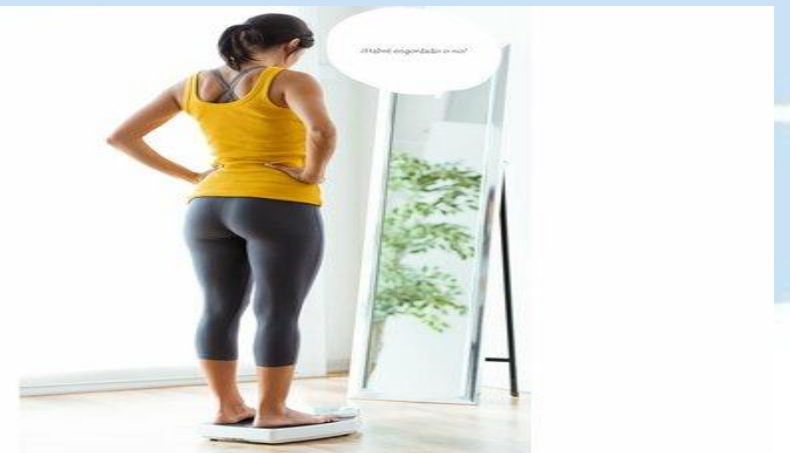
La medición es en centímetros y milímetros



## TÉCNICA PARA MEDIR ESTATURA

La persona debe estar:

- En posición recta
- De pie
- Los pies juntos y con una serie de puntos en contacto con la pared : Los talones, los glúteos, las escápulas de manera que nos aseguramos que la espalda está bien pegada a la pared y la nuca.



## PESO

es uno de los mejores parámetros para valorar el estado nutricional de un individuo, es un indicador global de la masa corporal, fácil de obtener y reproducible.

### MATERIAL

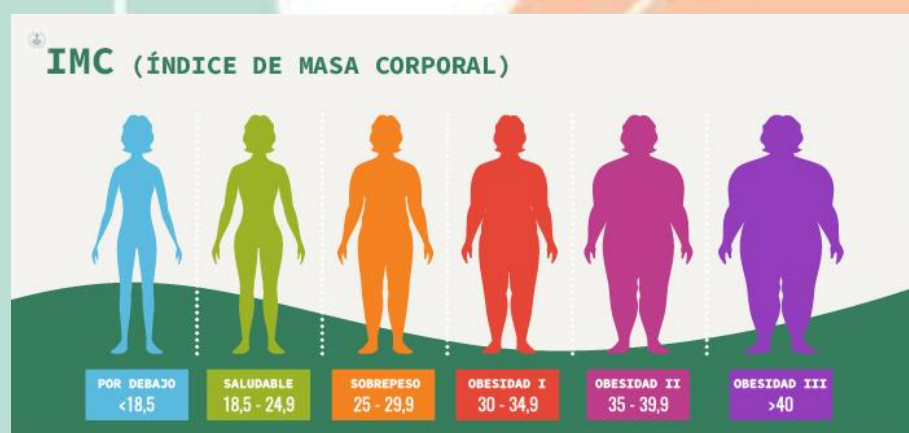
- Bascula de piso o de plataforma.

La medición es en kilogramos y gramos



## TÉCNICA PARA EL PESO

- La bascula debe colocarse en una superficie plana y dura.
- Retirar zapatos, cinturón, chamarra, joyas y vaciar bolsillos.
- Los pies deben estar al mismo nivel el uno del otro.
- Verificar que la bascula indique 0.0



## ÍNDICE DE MASA CORPORAL

Se da por el peso y la talla y la fórmula que se utiliza es la siguiente.

IMC:  $\text{Peso} / \text{talla}^2$

## EXISTEN FACTORES DE RIESGOS Y SE DIVIDEN EN 3

Normal: de 18 a 24.9  
Sobre peso: de 25 a 26.9  
Obesidad: a partir de 27

## CIRCUNFERENCIA ABDOMINAL

Nos permite medir el volumen de grasa visceral o central.

## CINTURA COMO FACTOR DE RIESGO

Hombre > 95 cm  
Mujeres >85 cm



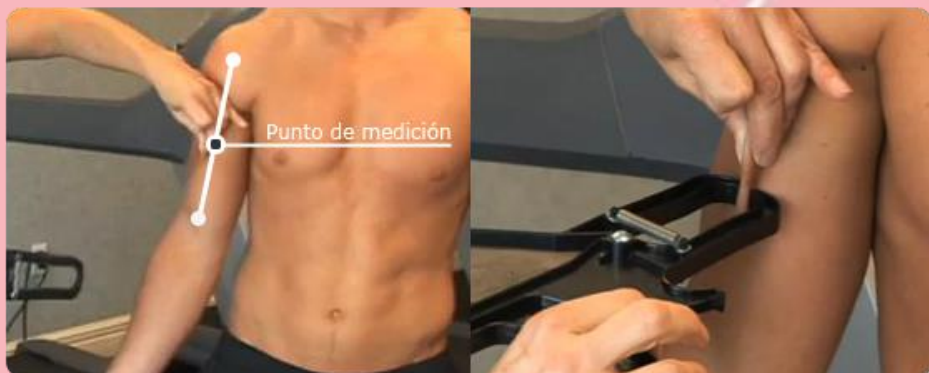
## TÉCNICA CIRCUNFERENCIA

- Se toma el punto medio entre el punto más alto de las crestas ilíacas y la última costilla
- El paciente debe estar parado de frente
- Tener los pies juntos
- Tomar la medida durante la exhalación
- Respiración normal

## PLIEGUES CUTÁNEOS

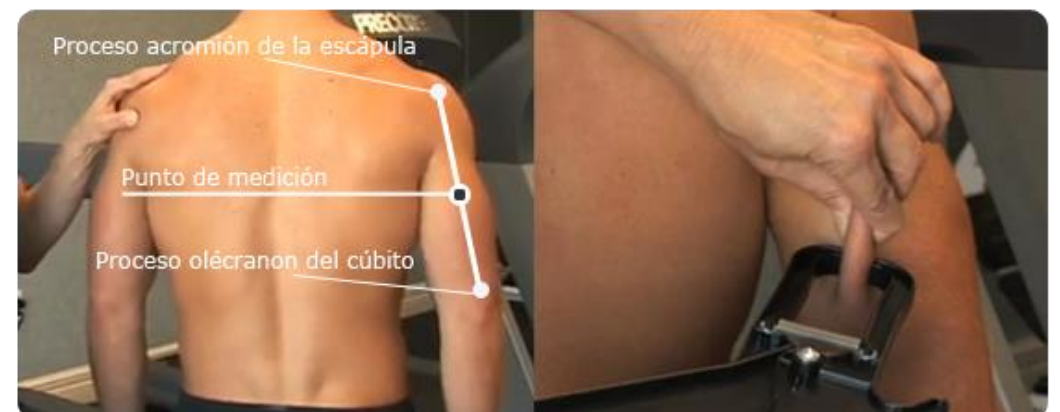
### BICIPITAL

Situado en el punto medio acromio-radial, en la parte anterior del brazo. El pliegue es vertical y corre paralelo al eje longitudinal del brazo.



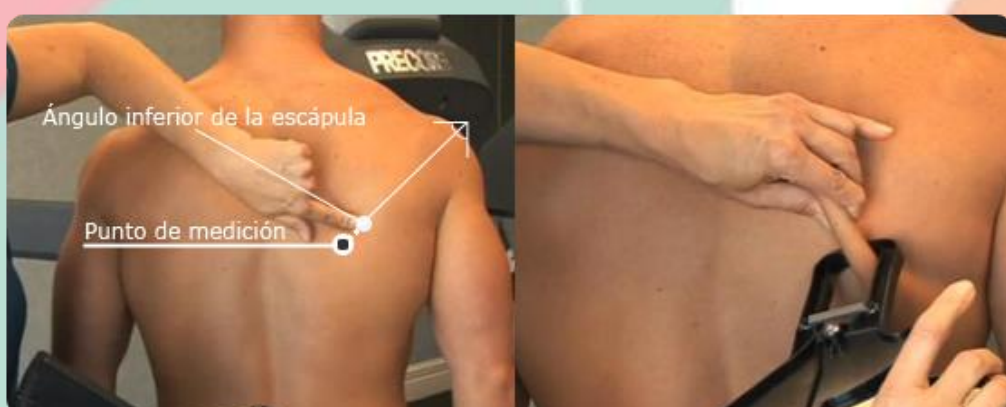
### TRICIPITAL

Situado en el punto medio acromio-radial, en la parte posterior del brazo. El pliegue es vertical y corre paralelo al eje longitudinal del brazo.



### SUBESCAPULAR

En el ángulo inferior de la escápula en dirección oblicua hacia abajo y hacia fuera, formando un ángulo de 45° con la horizontal.



### SUPRAILIACO

Situado en el punto medio acromio-radial, en la parte anterior del brazo. El pliegue es vertical y corre paralelo al eje longitudinal. Localizado justo encima de la cresta ilíaca en la línea medio axilar. El pliegue corre hacia delante y hacia abajo formando un ángulo de alrededor de 45° con la horizontal. Para facilitar la toma de esta medida el estudiado colocará su mano derecha a través del pecho. brazo.



El plicómetro es el material que se utiliza para medir los pliegues cutáneos.



# Bibliografías

- antología institucional UDS epidemiología
- Diapositivas presentadas en clases
- <https://www.kapitalinteligente.es/que-son-las-medidas-antropometricas/>
- <https://www.ugr.es/~jhuertas/EvaluacionFisiologica/Antropometria/antroppliegues.htm>
- <http://www.sspa.juntadeandalucia.es/sas/hantequera/promsalud/wp-content/uploads/sites/20/2015/03/Alimentaci%C3%B3n-y-medidas-antoprom%C3%A9tricas.pdf>