

*Nombre del Alumno*

*Diana patricia castillejos Lopez*

*Nombre del tema*

*antropometria*

*Parcial*

*Tercer parcial*

*Nombre de la Materia*

*Epidemiologia*

*Nombre del profesor*

*Víctor Manuel Nery Gonzales*

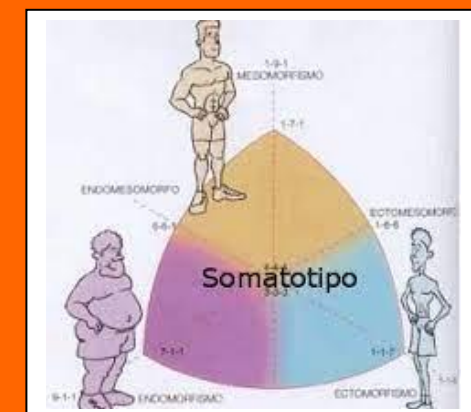
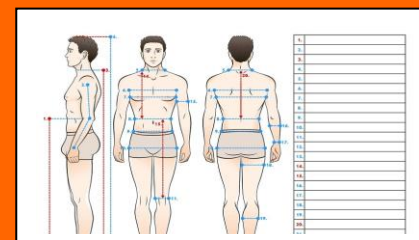
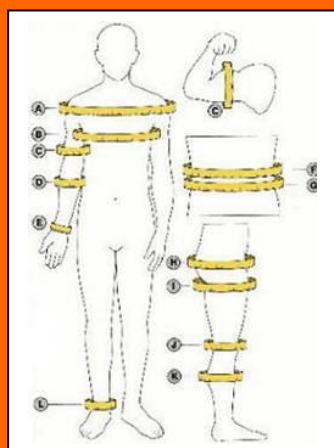
*Nombre de la Licenciatura*

*Lic. Enfermería*

*Cuatrimestre*

*Cuarto cuatrimestre*

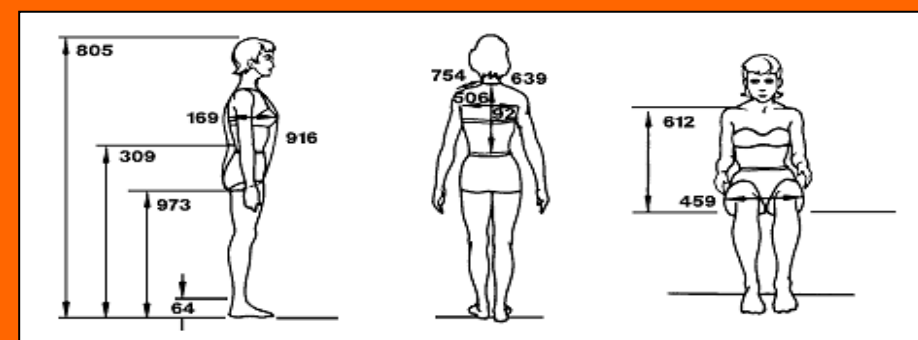
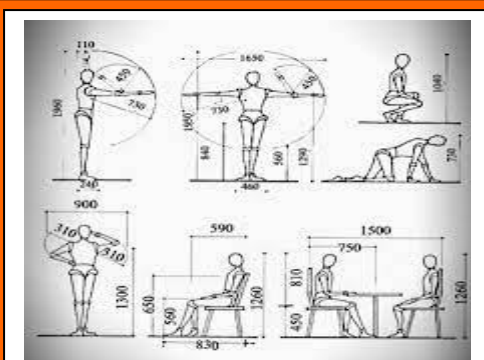
La antropometría es un instrumento muy valioso utilizado para obtener una adecuada evaluación nutricional, y que nos permite tomar las decisiones clínicas en los individuos y poblaciones con el propósito de detección y evaluación de las intervenciones, orientando las políticas de salud pública en los aspectos nutricionales.



La **antropometría**, es una herramienta de diagnóstico y evaluación que estudia los componentes del cuerpo humano. 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. Con esta técnica, medimos peso, altura, longitudes, perímetros, longitudes, diámetros y pliegues cutáneos.

El estudio antropométrico permite al paciente conocer su somatotipo, lo que le ayudará a entender mejor su cuerpo y facilitará al nutricionista la prescripción de la dieta más adecuada.

# antropométricas



## Para qué sirve la antropometría?

Si comparamos dos personas que tienen el **mismo peso** al subir a una báscula, lo más seguro es que la composición corporal de ambas sea **muy diferente**. Tal vez una de ellas tiene mayor masa grasa, y la otra mayor cantidad de masa muscular, sin embargo, esto no puede determinarlo la báscula.

La **antropometría** es la que 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, e ir periódicamente evaluando el cambio o evolución corporal con medidas antropométricas para poder ajustar la alimentación a la persona, y según sus objetivos, obtener mejor rendimiento.

[Importancia de la antropometría en el diagnóstico nutricional | Proyecto Nodriza](#)

[¿Para qué sirve la Antropometría? | Cibus alimentaria](#)

[Antropometría: qué es y para qué sirve | Consumer](#)