



21 DE ENERO DEL 2023

EVALUACIÓN NUTRICIONAL
PRÁCTICAS EN NUTRICIÓN CLÍNICA 1

JULISSA CÁRDENAS RODAS
UNIVERSIDAD DEL SURESTE
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

El Departamento de Salud y Servicios Humanos De Norteamérica la define como: "la medición de indicadores del estado dietético y estado de salud relacionado con la nutrición, para identificar la ocurrencia, naturaleza y extensión de alteraciones en el estado de nutrición".

ESTADO DE NUTRICIÓN

APLICACIÓN

El punto crucial en la evaluación es considerar que se requiere de varios elementos para su aplicación:

1. La obtención de datos e información por parte del individuo evaluado.
2. La realización de una serie de pruebas y mediciones.
3. La aplicación sistemática y ordenada de los mismos.
4. La evaluación e interpretación de los datos, informaciones, mediciones y pruebas obtenidas.
5. Finalmente, el establecimiento de un diagnóstico sobre el estado de nutrición en que se encuentra el individuo evaluado.

Métodos o indicadores bioquímicos

- Incluyen la determinación y evaluación de muestras orgánicas como saliva, orina, sangre, cabello, ungues, etc.
- Detectan estados de mala nutrición subclínicos previos a que se presenten las alteraciones antropométricas y clínicas.

Métodos o indicadores clínicos

- La evaluación clínica del paciente permitirá conocer de forma detallada su historia médica, realizar un examen físico e interpretar los signos y síntomas asociados con problemas de mala nutrición.

Métodos o indicadores dietéticos

- Los métodos de evaluación dietética, permiten realizar una valoración cuantitativa y cualitativa del consumo de alimentos del individuo y por ende de nutrimentos y energía.
- Identifican de manera temprana el riesgo de desarrollar mala nutrición ya que detectan cambios en el consumo de nutrimentos que al compararse contra las recomendaciones determinan el inadecuado equilibrio entre ellos.

Por estado de nutrición se entiende:

- Condición resultante de la ingestión de alimentos y la utilización biológica de los mismos por el organismo.
- El estado de nutrición refleja el grado en que las necesidades fisiológicas de nutrimentos han sido cubiertas.

Estado de nutrición óptimo

El estado de nutrición debe guardar un equilibrio entre aquellos alimentos que se consumen y por tanto los nutrimentos que ingresan al organismo, con la satisfacción de las necesidades nutrimentales y energéticas en un momento determinado y bajo una circunstancia específica, lograr el equilibrio en el estado de nutrición incluye una gran cantidad de variables necesarias para lograrlo.

Mala nutrición

El termino mala nutrición involucra toda condición en la que el equilibrio entre ingestión de alimentos y utilización de los mismos no se da de manera correcta, es decir, independientemente del origen, no se logra cubrir las necesidades requerimientos nutrimentales del sujeto.

- Mala nutrición primaria: es aquella en que se presenta un suministro o ingestión insuficiente o excesiva de alimentos y por ende de nutrimentos.
- Mala nutrición secundaria: es aquella en donde la dieta cubre todas las necesidades nutrimentales y energéticas del individuo; sin embargo, la presencia de factores como el consumo de algunos medicamentos o la presencia de alguna enfermedad, interfieren con la ingestión, absorción, transporte, utilización o excreción de nutrimentos, llevando al individuo a desarrollar una condición de mala nutrición a pesar de que su dieta sea correcta.

EVALUACIÓN DE RIESGOS

Proceso de identificación de las características conocidas por su asociación con problemas nutricios. Su propósito es identificar individuos con mala nutrición o con riesgo nutricional que puedan beneficiarse con la aplicación de una evaluación del estado de nutrición diagnóstica para desarrollar un plan de atención o cuidado nutricional en ellos.

Sus características generales son:

- De fácil aplicación.
- Eficiente.
- Rápida.
- Confiable.
- De bajo costo.
- Que no implique riesgos para la persona.
- Con niveles adecuados de sensibilidad y especificidad.
- Con valor predictivo.
- Y que pueda ser realizada por cualquier miembro competente del equipo de salud.

Debido a la importancia de obtener una evaluación de riesgos rápida, se han desarrollado algunas herramientas que facilitan este tipo de evaluación al establecer puntuaciones a los diferentes indicadores, por ejemplo, el instrumento MUST (por las siglas en ingles de *Malnutrition Universal Screening Tool*) desarrollado únicamente para su aplicación en adultos, utiliza el IMC, el porcentaje de cambio de peso y la presencia de enfermedad con puntos de corte y puntuaciones específicas.

Una vez que se aplica la evaluación de riesgos nutricios, se establece que aquellos sujetos que se ubicaron con riesgo bajo o mínimo, se les volverá a aplicar el mismo instrumento seis meses posteriores a la primera aplicación. Por otra parte, para aquellos individuos en riesgo deberán ser evaluados con la utilización de los cuatro indicadores (ABCD) y esto deberá realizarlo un nutriólogo calificado para tales efectos.