



Nombre de alumno: Alexa Gabriela Morales Coutiño

Nombre del profesor: Andrés Alejandro Reyes Molina

Nombre del trabajo: Súper nota

Materia: Estadística descriptiva en Nutrición

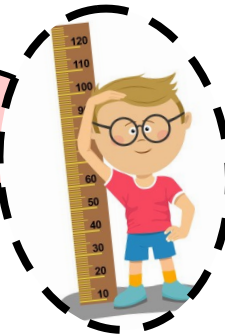
Grado: 3º Cuatrimestre

Grupo: LNU-3

Medidas antropométricas

¿Para que sirven las medidas antropométricas?

Como herramienta de diagnóstico y evaluación que estudia los componentes del cuerpo humano



Medidas de talla

Las medidas se pueden tomar con un metro o una cinta métrica, con la menor cantidad de ropa posible para que los resultados sean más exactos

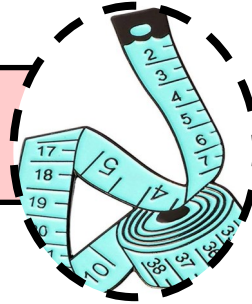


TABLA DE MEDIDAS

TALLA	36	38	40	42	44	46	48
Contorno pecho	80	84	88	92	96	100	104
Contorno cintura	58	62	66	70	74	78	82
Contorno cadera	86	90	94	98	102	106	110
Ancho espalda	36	37	38	39	40	42	44
Alto pecho	23,5	24	24,5	25,5	26	26,5	27,5
Altura cadera	18	18,5	19	19,5	20	20,5	21
Largo talle delante	42,5	43	43,5	44,5	45	45,5	46,5
Largo talle espalda	41	41,5	42	42,5	43	43,5	44
Tiro	63	64,5	66	67,5	69	70,5	72

TABLA DE MEDIDAS DE TALLAS GRANDES

TALLA	50	52	54	56	58
Contorno pecho	114	118	122	126	130
Contorno cintura	100	104	108	112	116
Contorno cadera	118	122	126	130	134
Alto pecho	31	31,5	32	33	33,5
Altura cadera	20,5	21	21,5	22	22,5
Largo talle delante	48	48,5	49	50	50,5
Largo talle espalda	44	44,5	45	46	46,5

Medidas de peso

El peso no es una propiedad particular de los cuerpos.

El peso de determinado cuerpo se calcula a partir de la multiplicación entre la masa y la aceleración de la gravedad

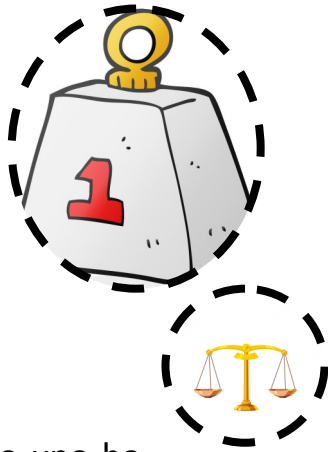
Kilógramo	Kg.	1.000 g.
Hectógramo	Hg.	100 g.
Decágramo	Dg.	10 g.
gramo	g.	1 g.
decígramo	dg.	0,1 g.
centígramo	cg.	0,01 g.
milígramo	mg.	0,001 g.

Diferencia entre peso y masa

La masa es la cantidad de materia que tiene un cuerpo, del peso

La masa se mide en kilogramos y se utiliza una balanza para ello

El peso es la fuerza que la gravedad ejerce sobre ella

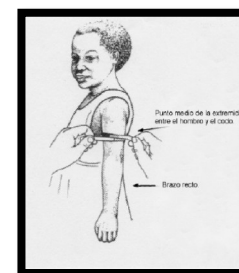


Medidas de circunferencia braquial

Es la medida que se toma, flexionando el brazo derecho hacia el frente, formando un **ángulo de 90°**, con el dorso de la mano hacia afuera del cuerpo

¿Para qué sirve?

Indicador de disminución de la reserva proteica tisular



Medidas de circunferencia cefálica

Se mide la distancia que va desde la parte por encima de **las cejas y las orejas** y alrededor de la parte posterior de **la cabeza**

¿Para qué sirve?

Refleja el tamaño del cerebro, sirve para detectar potenciales de problemas de salud, nutrición y desarrollo



NIÑOS	PESO MEDIO	TALLA	P. CRANEAL
Recien nacido	3,4 kg	50,3 cm	34,8 cm
3 meses	6,2 kg	60 cm	41,2 cm
6 meses	8 kg	67 cm	44 cm
9 meses	9,2 kg	72 cm	46 cm
12 meses	10,2 kg	76 cm	47,3 cm
15 meses	11,1 kg	79 cm	48 cm
18 meses	11,8 kg	82,5 cm	48,7 cm
2 años	12,9 kg	88 cm	49,6 cm
3 años	15,1 kg	96,5 cm	-