



Nombre: Cristal Alejandra Hernández Roblero

Maestro: Andrés Alejandro Reyes Molina

Grado: 3

Grupo: A

Actividad: Súper nota

Materia: Estadística descriptiva en Nutrición

Unidad 3

Comitán de Domínguez Chiapas (05 de julio de 2023)

## UNIDAD 3

# Medidas antropométricas

Cristal Alejandra Hernández Roblero

## Medidas de peso

El peso de un determinado cuerpo se calcula a partir de la multiplicación entre la masa y la aceleración de la gravedad. La unidad en la que se expresará el resultado son unidades de fuerza, la que determinó el sistema internacional de unidades es el newton, comúnmente abreviada con la letra N. Dentro del sistema técnico se utiliza la unidad llamada kilogramo/ fuerza, que suele ser abreviada como Kgf.



## Medidas de talla

Con un metro de sastre y desnuda. Mide el contorno del busto sin apretujar demasiado, después la cintura (debajo de las costillas) y las caderas. Toma todas las medidas cada dos meses, apúntalas en centímetros y guárdalas bien. Te servirán para definir tu talla así como para saber si adelgazas o engordas. Para saber qué talla te corresponde, he aquí las tablas completas de las normas en vigor. Investiga a qué talla corresponden tus medidas.



## Medidas de circunferencia Braquial

Es la circunferencia del brazo medio superior (a distancia media entre en hombro y el codo) aproximada al .1 cm más cercano. Se flexiona el brazo derecho hacia el frente (formando un ángulo de 90°) perpendicular al cuerpo y con el dorso de la mano hacia fuera del cuerpo. El antropometrista sostiene la cinta métrica con la mano izquierda, para medir la longitud del brazo y determinar el punto medio.



## Medidas de circunferencia cefálica

Una vez que ya tenemos plena seguridad de que estamos en espera de un bebé, empezamos las interrogantes de si el bebé va a ser alto o pequeño, ojos claros u oscuros, gordito o flaco. Y así empezamos a indagar acerca de toda esa información perteneciente a nuestro bebé. Es la medición del perímetro de la cabeza de un niño en su parte más grande. Se mide la distancia que va desde la parte por encima de las cejas y de las orejas y alrededor de la parte posterior de la cabeza.

