

## Cuadro sinóptico

**Nombre de alumno:** Carla Karina Calvo Ortega

**Nombre del profesor:** LN. Julibeth Martínez Guillen

**Nombre del trabajo:** Limitaciones y sesgos en la epidemiología nutricional

**Materia:** Epidemiología

**Grado:** Sexto cuatrimestre

**Grupo:** LNU17EMC0121-A

# VALORACIÓN NUTRICIONAL

## GUÍAS ALIMENTARIAS

- Constituyen una herramienta de gran utilidad para educar y orientar a la población hacia una alimentación más saludable.
- Se diseñan considerando los hábitos alimentarios predominantes, la disponibilidad alimentaria y el nivel de acceso a los alimentos en cada país, entre otros aspectos.
- Estas recomendaciones deben ser de carácter nacional o regional, considerar la situación de salud y nutrición de la población del país.

## FAO/OMS (1996)

Destaco que las guías alimentarias deben reflejar patrones alimentarios más que objetivos numéricos y deben ser positivas, estimulando la aceptación placentera de ingestas dietéticas adecuadas.

# MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS: UTILIDAD E INCONVENIENTES DE APLICACIÓN, INDICADORES BIOMÉTRICOS

## MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS

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.

## TALLA Y PESO

A partir de estas medidas generales de peso y talla se pueden calcular muchos índices, entre los que destaca el índice de masa corporal (IMC) (Body mass index, BMI) o índice de Quetelet.

## GRASA CORPORAL

Para hacer una estimación de la grasa subcutánea, que representa aproximadamente el 50% de la total, se suelen medir los pliegues subcutáneos de distintos puntos del cuerpo con un lipocalíper o plicómetro.

- Pliegue tricipital.
- Pliegue bicipital.
- Pliegue subescapular.
- Pliegue abdominal.

## MASA MUSCULAR

Es el cálculo del perímetro muscular del brazo (PMB) mediante la determinación de la circunferencia o perímetro del brazo (PB), con una cinta métrica inelástica y teniendo en cuenta el pliegue tricipital (PT):  $PMB (cm) = PB(cm) - (PT(mm))$ .



# HISTORIA CLÍNICA Y EXPLORACIÓN FÍSICA: UTILIDAD E INCONVENIENTES EN SU APLICACIÓN

## EXPLORACIÓN FÍSICA O EXAMEN CLÍNICO

La exploración clínica la realiza el médico al paciente, después de una correcta anamnesis en la entrevista clínica, para obtener una serie de datos objetivos o signos clínicos que estén relacionados con los síntomas que refiere el paciente.

La información conseguida mediante la anamnesis y la exploración física se registra en la historia clínica

## CORRECTA EXPLORACIÓN CLÍNICA

Ayuda a establecer un diagnóstico sin necesidad de la realización de pruebas clínicas o exploraciones complementarias más complejas y costosas.

La exploración física establece un contacto físico estrecho entre el médico y el paciente, consiguiendo así confianza en la relación médico-paciente.

## DATOS DE FILIACIÓN

- Nombre y apellidos
- Sexo
- Fecha de nacimiento o edad
- Número de documento de identidad
- Según requerimientos particulares o institucionales puede incluir información adicional como domicilio, teléfono, número de historia clínica, nombre de su sistema de cobertura médica y su número de identificación en la misma, etc.

## Bibliografía:

Universidad del Sureste. (2023). Antología epidemiología. Unidad 3. Recuperado de

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/faf1188539628c0d942ff688b6d50747-LC-LNU605.pdf>