



Diego Jiménez Villatoro.

L.N. Julibeth Martínez Guillén.

Cuadro sinóptico.

Epidemiología.

Sexto cuatrimestre.

Nutrición – A.



Valoración Nutricional

Guías alimentarias

Estas guías constituyen una herramienta de gran utilidad

Educación y orientación a la población a una alimentación más saludable

Se diseñan considerando diferentes aspectos

Hábitos alimentarios predominantes

Disponibilidad alimentaria

Nivel de acceso a alimentos en cada país

Las recomendaciones deben de ser de carácter nacional o regional

Deben considerar la situación de salud y nutrición de la población del país.

Tener como finalidad la prevención de enfermedades nutricionales por déficit de nutrientes como enfermedades crónicas no transmisibles

Medidas antropométricas

✚ Se basan en tomar medidas de longitud y peso

✱ *Sobre nuestro cuerpo, comparándolas con valores de referencia, dependiendo de nuestra edad, sexo y fisiopatología.*

✚ Son técnicas no invasivas, rápidas, sencillas y económicas

✱ *Para evitar errores, deben de ser tomadas por un experto y se deben de comparar con tablas de referencia adecuadas.*

✚ Talla y peso

✱ *Son los parámetros más habituales y siempre se miden.*

✱ *A partir de estas medidas, se miden muchos índices como el de masa corporal y el de Quetelet.*

✱ *Con estas medidas podemos hacer una estimación del metabolismo basal (mantenimiento de las funciones vitales).*

✚ Grasa corporal

✱ *Para hacer una estimación de la grasa subcutánea, se suelen medir los pliegues subcutáneos de distintos puntos del cuerpo con un plicómetro*

✚ Masa muscular

✱ *Es el cálculo del perímetro muscular del brazo mediante la determinación de la circunferencia del brazo, con una cinta antropométrica y teniendo en cuenta el pliegue tricipital*

✱ *Es el sistema más rápido y simple*

Historia clínica y exploración física

Exploración física o examen clínico



Conjunto de maniobras que realiza un médico para obtener información sobre el estado de salud de una persona.



La ciencia encargada de su estudio se denomina semiología clínica



Establece un contacto físico estrecho entre el médico y el paciente, consiguiendo así confianza en la relación médico-paciente.

Exploración clínica



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

Datos de filiación



Nos sirven para evitar errores e identificar bien a cada paciente



Nombre y apellidos



Sexo



Fecha de nacimiento o edad



Número de documento de identificación

Bibliografía:

- Epidemiología. (s.f). plataformaeducativauds. Recuperado 9 de junio de 2023, de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/d53e94b5c0ed9b616ba0fa90169cdf73-LCLNU604%20EPIDEMIOLOGIA.pdf>