



Mapa conceptual

Hugo Leonel Espinosa Hidalgo

ABCD de la nutrición

Parcial 2

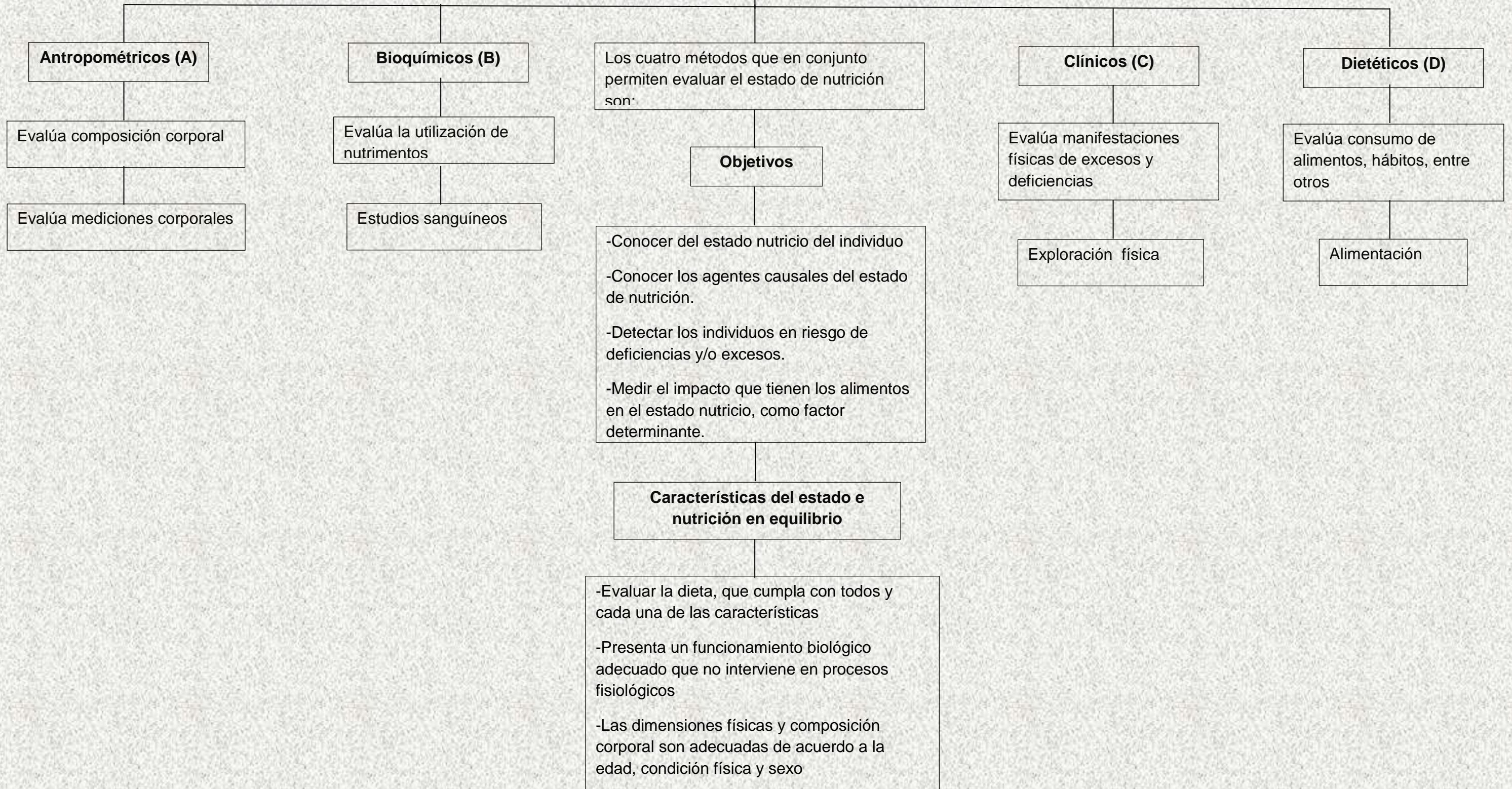
Nutrición clínica

Daniela Monserrat Méndez Guillén

Licenciatura en enfermería

Cuatrimestre 3

ABCD de la nutrición



Evaluación antropométrica

Composición corporal

Se divide el cuerpo en 2 compartimentos

Masa magra

Representan el 80% del peso corporal en un adulto

De lo cual:

- Masa corporal: 35% y vísceras 10%
- Proteínas plasmáticas: 5%
- Líquido extracelular: 20%
- Esqueleto 10%

La masa magra es la suma de todos los tejidos diferentes a la grasa. La masa magra representa el porcentaje (%) del peso en forma de tejido adiposo.

La antropometría es la técnica que se ocupa de medir las dimensiones físicas (tamaño corporal, talla, forma de cuerpo, % grasa corporal y % masa magra)

Las medidas permiten hacer referencia de:

- Composición corporal
- Crecimiento
- Desarrollo físico

Las mediciones de la composición corporal del individuo establecen los juicios clínicos para definir terapias nutricias, prever riesgos y elaborar un diagnóstico nutricional

Antropometría

La antropometría se utiliza como una herramienta para monitorear el impacto de una intervención nutricional

Utiliza una serie de mediciones que permiten evaluar al individuo y establecer correlaciones con la satisfacción de sus requerimientos nutricionales

La interpretación de las mediciones resulta esencial la construcción de índices, que son las combinaciones de mediciones o características del individuo.

Evaluación bioquímica

Pruebas estáticas

Miden la concentración o la tasa de excreción de algún nutriente o metabolito, y se utilizan en la práctica clínica

Se utilizan para evaluar proteínas, vitaminas, nutrientes inorgánicos, así como para la evaluación de riesgos

En su caso es usado para monitorear a pacientes con problemas tiroideos, diabetes o enfermedades cardiovasculares

Permite detectar deficiencias o excesos de ciertos nutrientes, así como alteraciones, mucho antes de que se vean reflejados en los indicadores antropométricos y clínicos

Indicadores bioquímicos

Proporcionan información objetiva y cuantitativa del estado de nutrición incluyen pruebas físicas, bioquímicas, moleculares, microscópicas y de laboratorio que complementan la información obtenida

Los indicadores bioquímicos evalúan:

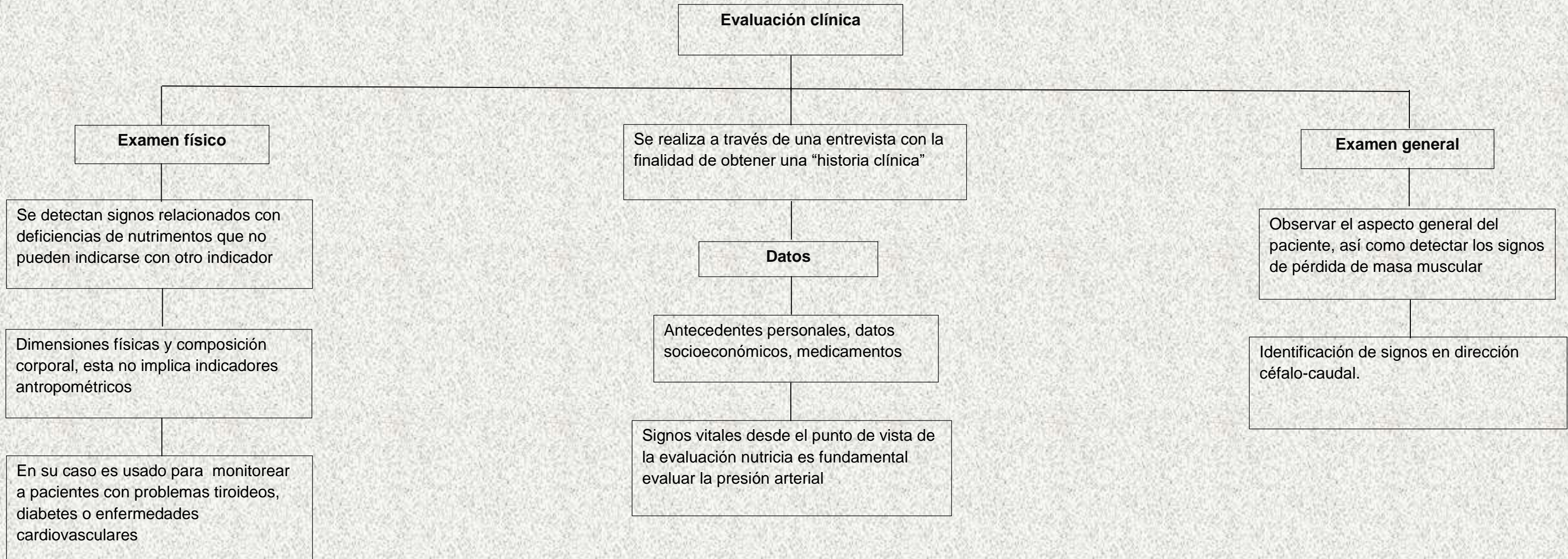
- Reservas de nutrientes
- Concentraciones plasmáticas de los mismos
- Excreción de nutrientes o de metabolitos por orina o heces
- Pruebas funcionales, por ejemplo inmunológicas

Pruebas funcionales

Estudian el adecuado desarrollo de un proceso fisiológico específico dependiente del nutriente evaluado

La alteración o ausencia de la función estudiada será reflejo de un estado de nutrición inadecuado

La función inmunológica refleja indirectamente el estado de nutrición respecto de las proteínas



Evaluación dietética

Evaluación cualitativa

Indica si la dieta es:

Completa: porque incluya los tres grupos de alimentos en cada tiempo de comida

Variada: porque hay selección de diferentes alimentos dentro de cada grupo y uso de diferentes métodos de cocción para un mismo alimento

Inocua: porque no implica riesgos para la salud.

Adecuada: a la edad, al presupuesto, al clima, a la temporada, etc.

Objetivo

- Conocer los hábitos alimentarios del paciente
- Estimar la cantidad y calidad de los alimentos de la dieta de un individuo
- Estimar el consumo de nutrimentos y compararlos con las recomendaciones de acuerdo edad, sexo y estado fisiopatológico

La evaluación dietética se realiza utilizando diversas herramientas, entre las que destacan el recordatorio de 24 horas, la encuesta de dieta habitual, la frecuencia de consumo de alimentos

Evaluación cuantitativa

Se refiere a evaluar características:

Equilibrada: perfil o distribución energética, porcentaje de nutrimentos

Suficiente: en energía para la edad, el estado fisiológico, la actividad física, etc.

La valoración cuantitativa del consumo de alimentos requiere el conocimiento del tamaño y peso las raciones de los alimentos más habitualmente consumidos