



Mapa conceptual

Nombre del Alumno Pérez Hernández Karla Regina

Nombre del tema ABCD de la nutrición

Parcial 2

Nombre de la Materia

Nombre del profesor Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nombre de la Licenciatura enfermería

Cuatrimestre 3

Lugar y Fecha de elaboración

EL ABCD DE LA NUTRICIÓN

2.1 EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICION

Comprende

Aspectos antropométricos, bioquímicos, clínicos y dietéticos (A, B, C, D)

Conoce

Agentes causales de ese estado y detectar riesgos de deficiencias o excesos

Estado de nutrición

Es la condición resultante de la ingestión, digestión y utilización de los nutrientes, es por lo tanto, un proceso dinámico

También es

La interpretación de la información obtenida de estudios clínicos, dietéticos, bioquímicos v antropométricos

Objetivos

Conocer del estado nutricional del individuo.
Conocer los agentes causales del estado de nutrición.

Detectar los individuos en riesgo de deficiencias y/o excesos.
Medir el impacto que tienen los alimentos en el estado nutricional, como factor

Elementos

Obtención de datos e información por parte del individuo evaluado
La realización de una serie de pruebas y mediciones.
La aplicación sistemática y ordenada de los mismos

Evaluación e interpretación de los datos, informaciones, mediciones y pruebas obtenidas.
Establecimiento de un diagnóstico sobre el estado de nutrición del sujeto

Métodos

Antropométricos: evalúan la composición corporal

Bioquímicos: evalúan la utilización de nutrientes

Clínicos: manifestaciones físicas de excesos y deficiencias

Dietéticos: evalúan consumo de alimentos, hábitos

Características

Evaluar la dieta, presenta un funcionamiento biológico dimensiones físicas y composición corporal adecuadas y apariencia física normal

Datos

Historia clínico-nutricional detallada, exploración física, datos de laboratorio, interpretación de signos y síntomas del estado de nutrición

2.2 EVALUACIÓN ANTROPOMETRICA

Antropometría

Es la técnica que se ocupa de medir las dimensiones físicas (tamaño corporal, talla, forma de cuerpo, % grasa corporal y % masa magra) del S.H

Mediciones

Composición corporal, crecimiento, desarrollo físico

Utiliza

Herramienta para monitorear el impacto de una intervención nutricia y se considera el método para evaluar la composición corporal en la práctica clínica debido al bajo costo

Permite

Evaluar al individuo y establece correlaciones con la satisfacción de sus requerimientos nutrimentales

Grupos

Masa magra

Representa

80% del peso corporal en un adulto

La

Masa celular corporal: músculo 35% y vísceras 10%, proteínas plasmáticas: 5%, Líquido extracelular: 20%, esqueleto: 10%

Es

La suma de todos los tejidos diferentes a la grasa.

Índice de masa corporal

Establece

Un diagnóstico de delgadez/desnutrición, normalidad y sobrepeso

El ICC

Es un indicador de la distribución de la grasa corporal y permite distinguir entre la distribución tipo androide con predominio de la grasa en la parte superior del tronco

ABCD de la nutrición

2.3 EVALUACIÓN BIOQUIMICA

2.4 EVALUACIÓN CLÍNICO

Detecta

Se realiza

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

Mediante el examen físico como se detectan signos relacionados con deficiencias de nutrientes que no pueden identificarse con otro indicador (AByD)

Incluye

Observa

Pruebas físicas, bioquímicas, moleculares, microscópicas y de laboratorio

Aspecto general del paciente, así como detectar los signos de pérdida de masa muscular, de masa grasa y peso corporal

Complementan

La HTA

Información obtenida con los demás indicadores y proporcionan información objetiva y cuantitativa del estado de nutrición.

Está asociada con el desarrollo de complicaciones cardiovasculares, se considera como tal a la elevación de los valores sistólico y diastólico por encima de los límites de tolerancia o normales

Conoce

Principales acciones

Adecuadamente la prueba o examen solicitado, así como los factores nutricios y no nutricios (enfermedades, tratamientos médico, procedimientos quirúrgicos y medicamentos)

Cambios en la dieta, incremento de la actividad física, disminución o eliminación del tabaquismo, manejo adecuado del estrés y terapia farmacológica

Indicadores

Pruebas estáticas

Pruebas funcionales

Miden

Estudian

La concentración o la tasa de excreción de algún nutriente o metabolito, y se utilizan en la práctica clínica ya que reflejan la concentración del nutriente en el lugar que fue medido

El adecuado desarrollo de un proceso fisiológico específico dependiente del nutriente evaluado, de modo que la alteración o ausencia de la función estudiada será reflejo de un estado de nutrición inadecuado.

Evalúa

Proteínas, vitaminas, nutrientes inorgánicos, así como para la evaluación de riesgos y monitoreo de pacientes

2.5 EVALUACIÓN DIETÉTICA

Objetivos

Conocer los hábitos alimentarios del paciente

Estimar la cantidad y la calidad de los alimentos de la dieta de un individuo, comparándolos con los lineamientos de la alimentación correcta

Estimar el consumo de nutrimentos y compararlo con las recomendaciones específicas al grupo de edad, al sexo y al estado fisiopatológico

Evaluación

Cualitativa

Cuantitativa

Puede ser

Puede ser

Completa

Variada

Inocua

Equilibrada: perfil o distribución energética, porcentaje de nutrimentos

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

Porque

Porque

Porque

Usa

Incluye los tres grupos de alimentos en cada tiempo de comida

Hay selección de diferentes alimentos dentro de cada grupo y uso de diferentes métodos de cocción para un mismo alimento.

No implica riesgos para la salud. Adecuada: a la edad, al presupuesto, al clima, a la temporada

Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes

Tablas de composición de alimentos

Factores

Consumo deficiente consumo excesivo, ayuno > 7 días, eliminar grupos de alimentos por tiempos prolongados, pobre apetito, dietas restrictivas, dietas monótonas