



Mapa Conceptual

Nombre del Alumno: Shady Mariell López Enamorado

Nombre del tema: El ABCD de la Nutrición

Parcial: III

Nombre de la Materia: Nutrición Clínica

Nombre del profesor: María del Carmen López Silba

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 3

El ABCD de la nutrición

Evaluación del estado de nutrición

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

- Objetivos
- Elementos para su aplicación
- 4 Métodos

- 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 determinante.
- 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.
- La evaluación e interpretación de los datos, informaciones, mediciones y pruebas obtenidas.
- El establecimiento de un diagnóstico sobre el estado de nutrición del sujeto evaluado.
- Antropométricos: evalúan la composición corporal.
- Bioquímicos: evalúan la utilización de nutrientes.
- Clinicos: manifestaciones físicas de excesos y deficiencias.
- Dietéticos: evalúan consumo de alimentos, hábitos, entre otros.

Evaluación Antropométrica

Es la técnica que se ocupa de medir las dimensiones físicas del ser humano en diferentes edades y estados fisiológicos.

- Permite hacer inferencias de
- Masa magra en un adulto
- IMC
- ICC

- Composición corporal.
- Crecimiento.
- Desarrollo físico.
- Masa celular corporal: músculo 35% y vísceras 10%.
- Proteínas plasmáticas: 5%.
- Líquido extracelular: 20%.
- Esqueleto: 10%.
- Permite establecer un diagnóstico de delgadez/ desnutrición, normalidad y sobrepeso.
- 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, y la de tipo ginecoide, con predominio de grasa en cadera.

Evaluación Bioquímica

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

- ¿Qué evaluar?
- Dividida en 2

- Reservas de nutrientes.
- Concentraciones plasmáticas de los mismos.
- Excreción de nutrientes o de metabolitos por orina o heces.
- Pruebas funcionales, por ejemplo, inmunológicas.
- Pruebas estáticas
- Pruebas funcionales
- Se utilizan para evaluar proteínas, vitaminas, nutrientes inorgánicos, así como para la evaluación de riesgos y monitoreo de pacientes con problemas tiroideos, diabetes o enfermedades cardiovasculares.
- Estudian 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.

Evaluación Clínica

Es mediante el examen físico como se detectan signos relacionados con deficiencias de nutrientes que no pueden identificarse con otro indicador.

- Elementos a evaluar
- HTA

- Examen general, observar el aspecto general del paciente, así como detectar los signos de pérdida de masa muscular, de masa grasa y peso corporal.
- 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.
- Principales acciones para disminuirla
- Cambios en la dieta, incremento de la actividad física, disminución o eliminación del tabaquismo, manejo adecuado del estrés y terapia farmacológica.

Evaluación Dietética

Objetivo

- Conocer los hábitos alimentarios del paciente.
- Estimar la cantidad y la calidad de los alimentos de la dieta de un individuo, comparándolos con los requerimientos de la alimentación correcta.
- Estimar el consumo de nutrientes y compararlo con las recomendaciones específicas al grupo de edad, al sexo y al estado fisiopatológico.

- Se clasifica en
- Los factores dietéticos que pueden afectar el estado de nutrición

- Calitativa
- Cuantitativa
- Indica si la dieta es
- Se refiere a
- Consumo del/cierta.
- Consumo excesivo.
- Ayuno/idas.
- Eliminar grupos de alimentos por tiempos prolongados.
- Ponerle apérita.
- Dietas restrictivas.
- Dietas monótonas.
- Completa: porque incluye los tres grupos de alimentos en cada tiempo de comida.
- Variedad: 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.
- Equilibrada: perfil o distribución energética, porcentaje de nutrientes.
- Suficiente: en energía para la edad, el estado fisiológico, la actividad física, etc.

Bibliografía

Universidad del sureste. 2023.

Antología de Nutrición Clínica. PDF

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/cec907a4b968917deb0108e73d19d221-LC-LEN304%20NUTRICION%20CLINICA.pdf>