



*Nombre del Alumno: Yureni Vanessa Cruz Mendez*

*Parcial: 2*

*Nombre de la Materia: Nutrición*

*Nombre del profesor: Daniela Monserrat Mendez Guillen*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 3*

# EL ABCD DE LA NUTRICIÓN

Definición

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

ESTADO DE NUTRICION

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

TIPOS DE EVALUACIONES

EVALUACIÓN ANTROPOMÉTRICA

Evalúan la composición corporal.  
Se utiliza como una herramienta para monitorear el impacto de una intervención nutricia  
Permiten evaluar al individuo y establecer correlaciones con la satisfacción de sus requerimientos nutrimentales

2 compartimentos

Masa grama

la masa magra es la suma de todos los tejidos diferentes a la grasa

Grasa corporal

Clasificación:

Ginecoide

Androide

- Masa celular corporal: músculo 3570 y vísceras 10%.
- Proteínas plasmáticas: 5%.
- Líquido extracelular: 20%.
- Esqueleto: 10%

Hombres: <1.0  
Mujeres: <0.8

Hombres: >1.0  
Mujeres: >0.8

EVALUACIÓN BIOQUÍMICA

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

Indicadores bioquímicos

Evalúan:

- Reservas de nutrimentos.
- Concentraciones plasmáticas de los mismos

- Excreción de nutrimentos o de metabolitos por orina o heces.
- Pruebas funcionales

Se divide

Pruebas estáticas

Pruebas funcionales

Miden la concentración o la tasa de excreción de algún nutrimento o metabolito

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

EVALUACIÓN CLÍNICO

Se realiza a través de una entrevista con la finalidad de obtener una "historia nutricia"

Evalúan 4 elementos

Examen general

Detectar los signos de pérdida de masa muscular

Observar el aspecto general del paciente

Masa grasa y peso corporal

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

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

EVALUACIÓN DIETÉTICA

Su objetivo es:

Conocer los hábitos alimentarios del paciente

Estimar la cantidad y la calidad de los alimentos de la dieta de un individuo

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

2 puntos de vista:

Cualitativa

Equilibrada

Perfil o distribución energética, porcentaje de nutrimentos

Cuantitativa

Suficiente

En energía para la edad, el estado fisiológico, la actividad física, etc.