



**Mi Universidad**

## **Ensayo**

*Nombre del Alumno: Marcia Guadalupe Gordillo Santiago*

*Nombre del tema: abc de la nutrición*

*Parcial: 2*

*Nombre de la Materia: nutrición clínica*

*Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez*

*Nombre de la Licenciatura: licenciatura en enfermería*

*Cuatrimestre: 3*

EL ABCD DE LA NUTRICIÓN

EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICION

el estado de nutrición es la condición resultante de la ingestión, digestión y utilización de los nutrimentos.

La evaluación del estado de nutrición se puede definir

Como

la interpretación de la información obtenida de estudios clínicos, dietéticos, bioquímicos y antropométricos

Los objetivos de la evaluación del estado de nutrición son los siguientes:

- 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.

elementos para su aplicación

- 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.

EVALUACIÓN ANTROPOMÉTRICA

Las medidas permiten hacer inferencias de

- Composición corporal.
- Crecimiento.
- Desarrollo físico.

La masa magra representa el 80% del peso corporal en un adulto, de lo cual:

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

La antropometría es la técnica que se ocupa de medir las dimensiones físicas

tamaño corporal, talla, forma de cuerpo, % grasa corporal y % masa magra) del ser humano en diferentes edades y estados fisiológicos.

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

La antropometría

se utiliza como una herramienta para monitorear el impacto de una intervención nutricional y se considera el método de elección para evaluar la composición corporal en la práctica clínica debido al bajo costo y facilidad de utilización.

## EVALUACIÓN BIOQUÍMICA

Los indicadores bioquímicos incluyen pruebas físicas, bioquímicas, moleculares, microscópicas y de laboratorio que complementan la información obtenida con los demás indicadores y proporcionan información objetiva y cuantitativa del estado de nutrición.

La evaluación bioquímica permite detectar deficiencias o excesos de ciertos nutrimentos, así como alteraciones, mucho antes de que se vean reflejados en los indicadores antropométricos y clínicos.

La interpretación acertada de los datos bioquímicos implica conocer adecuadamente la prueba o examen solicitado

Los indicadores bioquímicos evalúan:

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

Los indicadores bioquímicos se dividen en dos:

- Pruebas estáticas.
- Pruebas funcionales

## EVALUACIÓN CLÍNICO

Es mediante el examen físico como se detectan signos relacionados con deficiencias de nutrimentos que no pueden identificarse con otro indicador (AByD), que se refieren a los cambios relacionados con una nutrición deficiente y que pueden verse o sentirse en la piel, el cabello, las mucosas

Se realiza a través de una entrevista con la finalidad de obtener una "historia nutricia" que debe tener varios Puntos

Son cuatro los elementos que se deben evaluar durante el examen físico

- Examen general, observar el aspecto general del paciente, así como detectar los signos de pérdida de masa muscular, de masa grasa y peso corporal.

- Examen general, observar el aspecto general del paciente, así como detectar los signos de pérdida de masa muscular, de masa grasa y peso corporal.

- guarda relación con la ingestión de sodio. Las principales acciones para disminuir la HTA son: cambios en la dieta, incremento de la actividad física, disminución o eliminación del tabaquismo, manejo adecuado del estrés y terapia farmacológica.

