El ABC de la nutrición

Evaluación del estado de nutrición

Comprende aspectos antropométricos, bioquímicos, clínicos y dietéticos (A,B,C,D) no solo sirve para obtener un diagnóstico estático, si no también para conocer los agentes causales

Así como

La evaluación del estado de nutrición ha sido definida por múltiples autores

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

- Conocer del estado nutricio del individuo
- Conocer los agentes causales del estado de nutrición
- Detectar los individuos en riesgo de diferencias o excesos
- Medir el impacto que tienen los alimentos en el estado nutricio como factores determinante

Los 4 elementos que permite evaluar el estado de nutrición

- Antropométricos
- Bioquímicos
- Clínicos
- Dietéticos

Evaluacion antropométrica

Es la técnica que se ocupa para medir las dimensiones físicas es decir (tamaño corporal, talla, forma del cuerpo, grasa corporal, masa magra)

Utiliza una serie de mediciones que permite evaluar al individuo y establecer correlaciones con satisfactorias

En estas también

- Composición corporal
- Crecimiento
- Desarrollo físico

Evaluación bioquímica

Permite detectar deficiencias o excesos de ciertos nutrimentos así como alteraciones mucho antes de que se vean reflejadas en los indicadores antropométricos y clínico

Se dividen en dos

- Pruebas estáticas
  - Miden la concentración o tasa de excreción del algún nutrimento o metabólico y se utiliza en la práctica clínica ya que refleja la concentración del nutrimento
- Pruebas funcionales
  - Estudian el adecuado desarrollo de un proceso fisiológico específico dependiente del nutrimento evaluado

Evaluacion clínico

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

Datos

- Antecedentes personales
  - Medicamentos
- Datos socioeconómicos

Identifican

Los factores que pueden afectar el estado de nutrición (cirugías, signos, y síntomas actuales)

- El nivel socioeconómico y estilo de vida que impacta el consumo de alimentos
- Los medicamentos y suplementos que pueden alterar el estado de nutrición

Evaluacion dietética

El objetivo de la evaluación dietética es

Conocer todos los hábitos alimenticios del paciente

- Estimar la cantidad y calidad de los alimentos de la dieta de un individuo comparándolos con los lineamientos de la alimentación correcta
- Estimar el consumo de nutrientes tés y compararlo con las recomendaciones específicas al grupo de edad, sexo, y estado fisiopatologías

Evaluacion cualitativa indicada es si la dieta es

- Completa
- Variada
- Inocua

Evaluacion dieta cuantitativa

Son dos

- Equilibrada
- Suficiente