



Mi Universidad

Súper nota

Nombre del Alumno: Lucero del Milagro Bastard Mazariego.

Nombre del tema: Medidas antropométricas utilidad e inconveniente de aplicación, indicadores biométricos y la evaluación clínica del estado nutricional.

Parcial: 3°.

Nombre de la Materia: Epidemiología.

Nombre del profesor: Víctor Manuel Nery González.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: 4to.

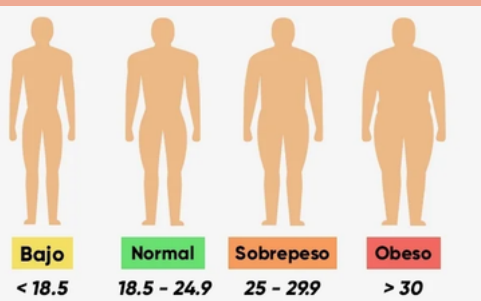
MEDIDAS antropométricas

UTILIDAD E INCONVENIENTES DE APLICACIÓN, INDICADORES BIOMÉTRICOS

“Un exterior saludable” comienza en tu interior

Se basan en tomar medidas de longitud y peso sobre el propio cuerpo y compararlas con valores de referencia en función de nuestra edad, sexo y estado fisiopatológico. Las medidas antropométricas son técnicas no invasivas, rápidas, sencillas y económicas.

- Peso y composición corporal.
- Estatura y talla.
- Diámetros corporales.
- Perímetros y circunferencias.
- Pliegues cutáneos.



Inconvenientes

Está claro que la talla, la constitución y la composición corporal están ligadas a factores genéticos, pero también son muy importantes los factores ambientales, entre ellos la alimentación, en especial en las fases de crecimiento rápido.

Comparando las medidas con sus tablas respectivas podremos saber si nuestra complexión es pequeña, mediana o grande. Cabe destacar que, a pesar de lo que mucha gente cree, para una misma talla y teniendo en cuenta la complexión existe un margen bastante amplio de pesos aceptables y no un único valor de «peso ideal»

Indicadores biométricos

Los parámetros más habituales y que siempre se miden son la talla (T) y el peso (P). A partir de estas medidas generales de peso y talla se pueden calcular muchos índices, entre los que destaca el índice de masa corporal (IMC) o índice de Quetelet. También con estas medidas podemos hacer una estimación del metabolismo basal (MB) o gasto energético basal que es el gasto energético que tendríamos en reposo

Recomendaciones

- Antes de realizar las medidas antropométricas es necesario asegurar que las herramientas medidoras estén correctamente calibradas.
- Los instrumentos de medida se manipularán con la mano derecha y se aplicarán suavemente y de forma precisa sobre la piel.
- La toma de medidas seguirá una secuencia descendente.
- Las medidas antropométricas se tomarán, en general, siempre en el mismo lado del cuerpo.
- Es interesante localizar y marcar los puntos anatómicos que servirán de referencia para la toma de las medidas.

Evaluación clínica del estado nutricional

La Evaluación del Estado Nutricional de un individuo permite conocer el grado en que la alimentación cubre las necesidades del organismo o, lo que es lo mismo, detectar situaciones de deficiencia o de exceso. Dicha evaluación debe ser un componente del examen rutinario de las personas sanas y es importante en la exploración clínica del paciente.

- Historia clínica.
- Datos socioeconómicos, psicosociales y estilo de vida.
- Historia dietética.
- Parámetros antropométricos y composición corporal.
- Datos bioquímicos.

Parámetros inmunológicos

El estado nutricional afecta claramente al sistema inmunitario, por lo cual se pueden utilizar determinados parámetros para evaluar una situación nutricional disminuida.

- total de linfocitos, recuento de linfocitos T.
- Reacciones cutáneas de hipersensibilidad retardada.
- Pruebas de transformación linfoblástica.
- Determinación de inmunoglobulinas.
- Capacidad bactericida intracelular de los polimorfonucleados.

Pruebas funcionales

Los ejemplos más característicos son las pruebas de función respiratoria que sirven para valorar indirectamente la masa muscular a través de la funcionalidad de los músculos respiratorios y las dinamometrías que valoran la fuerza que pueden realizar los músculos esqueléticos.

Elaborado por: Lucero Bastard

Fuente de Información:

- Universidad de Sureste. UDS. (s.f.). Antología. Epidemiología.
- Medidas antropométricas. (2018, julio 25). Dietfarma.com. <https://www.dietfarma.com/antropometria/medidas-antropometricas>
- Evaluación del Estado Nutricional. (s/f). Topdoctors.mx. Recuperado el 10 de noviembre de 2023, de <https://www.topdoctors.mx/diccionario-medico/evaluacion-del-estado-nutricional/>