



Mi Universidad

super nota

Nombre del Alumno: María Magali Gómez García

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

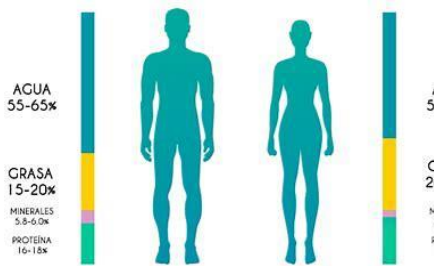
Nombre del profesor: Víctor Manuel Nery González

Nombre de la Licenciatura: Lic. Enfermería

Cuatrimestre: 4

MEDIDAS ANTROPOMETRICAS:

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.



LA TALLA, LA CONSTITUCIÓN Y LA COMPOSICIÓN CORPORAL:

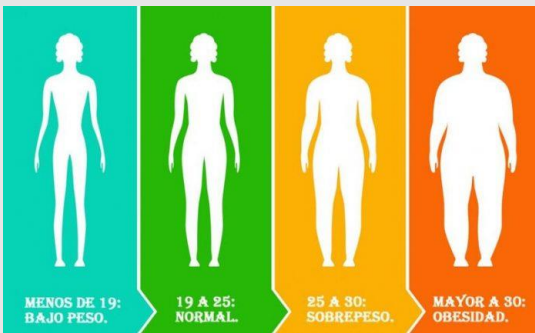
están ligadas a factores genéticos, pero también son muy importantes los factores ambientales, entre ellos la alimentación, en especial en las fases de crecimiento rápido.

Existen numerosas tablas que nos indican el peso deseable en función de nuestra talla y sexo. Las más utilizadas son las de la Metropolitan Life Insurance en las que se expresa el peso.

TABLA DE MEDIDAS DE MUJER						
	XS - 32	S - 34	M - 36	L - 38	XL - 40	2XL - 42
peso	35.50	36.25	37.00	37.75	38.50	39.25
estatura	152.0	160.0	168.0	176.0	184.0	192.0
circunferencia de cintura	31.80	32.80	33.80	34.80	35.80	36.80
circunferencia de cadera	49.40	50.20	51.00	51.80	52.60	53.40
circunferencia de brazo	40.30	40.50	40.70	40.90	41.10	41.30
circunferencia de muñeca	12.50	12.70	12.90	13.10	13.30	13.50
peso de la mano	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00	9.00
peso de la muñeca	19.00	19.00	19.00	19.00	19.00	19.00
peso del antebrazo	25.00	26.00	27.00	28.00	29.00	30.00
peso del brazo	16.00	16.50	17.00	17.50	18.00	18.50
peso del pie	59.40	59.60	59.80	60.00	60.20	60.40
peso del tobillo	25.00	25.50	26.00	26.50	27.00	27.50
peso del pie plano	105.00	105.20	105.40	105.60	105.80	106.00

COMPLEXION ÒSEA:

Se suele determinar fácilmente midiendo la circunferencia de la muñeca con una cinta métrica inelástica



OTROS INDICES:

el índice de masa corporal (IMC) (Body mass index, BMI) 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, es decir, el destinado al mantenimiento de las funciones vitales.

EVALUACION CLINICA DEL ESTADO NUTRICIONAL:

En caso de malnutrición específica de algún nutriente o generalizada, en ciertas zonas u órganos corporales tales como la cara, cabello, cuello, ojos, labios, dientes, encías, lengua, piel, uñas, tejido subcutáneo, abdomen, aparato genital, sistema esquelético y extremidades.



PARAMETROS INMUNOLOGICOS:

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

EVALUACION DEL ESTADO NUTRICIONAL:

Un individuo permite conocer el grado en el que la alimentación cubre las necesidades del organismo, o lo que es lo mismo, detectar situaciones de deficiencia o de exceso.



INCLUYEN:

Historia clínica. Datos socioeconómicos, posicionales y estilos de vida. Historia dietética. Parámetros antropométricos y composición corporal. Datos bioquímicos.

Bibliografía: Antología UDS

<https://www.uv.mx/rm/num-antteriores/revmedica-vol4-num2/articulos/valoracion.htm#:text=Las%20ventajas%20de%20los%20indicadores,de%20la%20precicion%20y%20exactitud>

<https://www.topdoctors.mx/diccionario-medico/evaluacion-del-estado-nutricional/>