



Super Nota

Nombre del Alumno: Joana Lizet Jimenez Juarez
Nombre del tema: Medidas antropométricas: utilidad e inconvenientes de aplicación, indicadores biométricos.
Parcial: 3er
Nombre de la Materia: Epidemiología
Nombre del profesor: Víctor Manuel Nery Gonzales
Nombre de la Licenciatura: Enfermería
Cuatrimestre: 4to

Medidas Antropométricas

UTILIDAD E INCONVENIENTES DE APLICACIÓN, INDICADORES

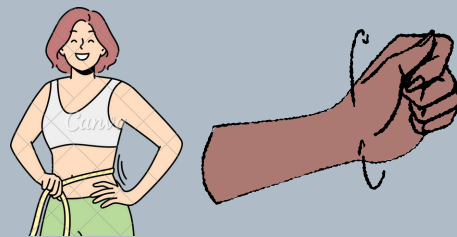
MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS

Es una técnica incruenta y poco costosa, portátil y aplicable en todo el mundo para evaluar el tamaño, las proporciones y la composición del cuerpo humano. Refleja el estado nutricional y de salud y permite predecir el rendimiento, la salud y la supervivencia.



TALLA, CONSTITUCION Y COMPOSICION CORPORAL

Talla y peso. Los parámetros más habituales y que siempre se miden son la talla (T) y el peso (P). Existen numerosas tablas que nos indican el peso deseable en función de nuestra talla y sexo. La complexión ósea se suele determinar fácilmente midiendo la circunferencia de la muñeca con una cinta métrica inelástica, o también midiendo con un nonio o pie de rey la envergadura del codo.



EVALUACIÓN CLÍNICA DEL ESTADO NUTRICIONAL

En caso de malnutrición específica de algún nutriente o generalizada, cuando llega a un grado importante de gravedad da lugar a la aparición de signos clínicos evidentes 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 inferiores.



La exploración clínica la realiza el médico al paciente, después de una correcta anamnesis en la entrevista clínica, para obtener una serie de datos objetivos o signos clínicos

- Historia clínicas
- datos socioeconómicos, psicosociales y estilo de vida
- historia dietética
- Parámetros antropométricos y composición corporal
- datos bioquímicos

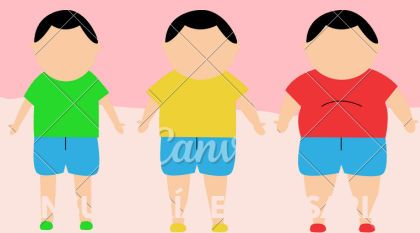


A partir de estas medidas generales de peso y talla se pueden calcular muchos índices, entre los que destaca el índice de masa corporal (IMC) (Body mass index, BMI) o índice de Quetelet.

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. Por ejemplo,

una fórmula que nos da una estimación muy rápida en varones es: $MB(kcal/h) = 1 \times P(kg)$, mientras que en mujeres es: $MB(kcal/h) = 0,9 \times P(kg)$.



El estado nutricional afecta claramente al sistema inmunitario, por lo cual se pueden utilizar determinados parámetros para evaluar una situación nutricional disminuida. Entre estos parámetros cabe destacar el recuento 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, etc.

Tabla de peso aceptable adultos (Metropolitan Life Insurance Co. - 1959)

Talla (cm)	Mujeres 100% (90-110%)	Hombres 100% (90-110%)
155	53.1 (47.8 - 58.4)	54.5 (49.1 - 60.0)
160	56.2 (50.6 - 61.8)	60.5 (54.5 - 66.6)
165	49.5 (53.6 - 65.5)	63.5 (57.2 - 69.9)
170	62.8 (56.5 - 69.1)	66.6 (59.9 - 73.3)
175	66.4 (59.8 - 73.0)	70.1 (63.1 - 77.1)
180	70.0 (63.0 - 76.2)	74.2 (66.8 - 81.6)

BIBLIOGRAFIAS:

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