



**Mi Universidad**

## **Cuadro sinóptico**

*Nombre del Alumno: José aidan espinosa Juárez*

*Nombre del tema: medidas antro medidas utilizadas en la nutrición de aplicación indicadores biométricos*

*Parcial: I cuatrimestre*

*Nombre de la Materia: epidemiologia*

*Nombre del profesor: Cecilia zamorano*

*Nombre de la Licenciatura: enfermería*

*Cuatrimestre: 4 cuatrimestre*

3.8.- Medidas antropométricas: utilidad e inconvenientes de aplicación, indicadores biométricos.

## Medidas antropométricas

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. 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.

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.

Las más utilizadas son las de la Metropolitana Leif Insúrjanme (1983)

se expresa el peso que previsiblemente favorecerá una mayor longevidad del individuo en función de su talla, sexo y complexión

## GRASA CORPORAL.

representa aproximadamente el 50% de la total, se suelen medir los pliegues subcutáneos de distintos puntos del cuerpo con un lipocalíper o plicómetro.

la cara posterior del brazo no dominante;

se mide en el punto medio de la cara anterior del brazo, sobre el vientre del músculo bíceps; el pliegue subescapular que se mide por debajo de la escápula y el pliegue abdominal

## OTROS MÉTODOS PARA DETERMINAR LA COMPOSICIÓN CORPORAL

Tomografía computadorizada y resonancia magnética. Nos pueden cuantificar la grasa de cada región y diferenciar entre la grasa intraabdominal y extra abdominal.

Debido a que el músculo, el hueso y la grasa tienen distinta densidad y propiedades acústicas se utilizan ondas sonoras de alta frecuencia para obtener una medida del grosor de la grasa en distintas zonas del cuerpo.

## **Bibliografía**

[9d7f03c2e6e4463143f089b88772d945--LC-LEN 404 EPIDEMIOLOGIA.pdf  
\(plataformaeducativauds.com.mx\)](#)