



Mi Universidad

Nombre del alumno: Ana Belén Gómez Álvarez

Nombre del tema: Medidas antropométricas de utilidad e inconvenientes de su aplicación en indicadores biométricos

Parcial: 3era unidad

Nombre de la materia: Epidemiología

Nombre del profesor: Cecilia zamorano

Nombre de la licenciatura: Lic. en enfermería

Cuatrimestre: 4 "B"

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.



Talla

Existen numerosas tablas que nos indican el peso deseable en función de nuestra talla y sexo.

Peso

La complexión ósea se suele determinar fácilmente midiendo la circunferencia de la muñeca con una cinta métrica inelástica

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)

Es importante fijar bien el objetivo de la evaluación nutricional para no perder tiempo y dinero en análisis innecesarios.

Grasa Corporal.

Para una estimación de la grasa subcutánea, que representa aprox. 50% de la grasa total, se miden los pliegues subcutáneos de distintos puntos del cuerpo con un lipocalíper o plicómetro.

Aunque es muy variable, cabe destacar que el porcentaje de grasa corporal incrementa con la edad y es superior en las mujeres que en los varones.

Masa muscular

Es el sistema más rápido y simple. Es el cálculo del perímetro muscular del brazo (PMB) mediante la determinación de la circunferencia o perímetro del brazo (PB).

Se calcula con una cinta métrica inelástica y teniendo en cuenta el pliegue tricipital (PT): $PMB (cm) = PB(cm)(PT(mm))$.

Otros métodos para determinar la composición corporal

Impedancia bioeléctrica.
Se basa en que el tejido magro conduce mejor la electricidad que el tejido graso.

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

Ultrasonidos.
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.

Determinaciones bioquímicas
La gran ventaja de los datos bioquímicos respecto al resto es su objetividad debido al control de calidad riguroso que debe tener cada laboratorio.

Evaluación clínica del estado nutricional

En caso de llegar a un grado de gravedad los signos clínicos evidentes en ciertas zonas u órganos corporales tales como la cara, cabello, cuello, ojos, labios, dientes, piel, uñas, aparato genital, sistema esquelético y extremidades inferiores.

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

Grado de mineralización ósea
Se suele utilizar la técnica de absorciometría de fotones basada en que el contenido mineral del hueso estudiado es directamente proporcional a la energía absorbida de un fotón emitido por radionúclido.

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

BIBLIOGRAFIA

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/9d7f03c2e6e4463143f089b88772d945--LC-LEN%20404%20EPIDEMIOLOGIA.pdf>