



**Mi Universidad**

## **Cuadro sinóptico**

*Nombre del Alumno Hannya Eunice Domínguez Santiago*

*Nombre del tema medidas antropométricas*

*Parcial III*

*Nombre de la Materia Epidemiología*

*Nombre del profesor Maria Cecilia Zamorano Rodriguez*

*Nombre de la Licenciatura Enfermería*

*Cuatrimestre 4° B*

Medidas antropométricas: de utilidad e inconvenientes de su aplicación en indicadores biométricos.

**medidas antropométricas**

Se basan en tomar medidas de longitud y peso sobre el propio cuerpo y comparartas con valores de referencia en función de nuestra edad, sexo y estado fisiológico.

son técnicas no invasivas, rápidas, sencillas y económicas. Sin embargo, para evitar errores, deben ser tomadas por una persona experta y deben ser comparadas con tablas de referencia apropiadas.

Los parámetros más habituales y que siempre se miden son la talla y el peso.

**Talla y peso**

A partir de estas medidas generales de peso y talla se pueden calcular muchos índices, entre los que destaca el índice de masa corporal, e índice de Quetelet. También con estas medidas podemos hacer una estimación del metabolismo basal o gasto energético basal que es el gasto energético que tendríamos en reposo, es decir, el destinado al mant. de funciones vit.

**Grasa Corporal**

Para hacer una estimación de la grasa subcutánea que representa aprox el 50% total, se suelen medir los pliegues subcutáneos de distintos puntos del cuerpo con un lipocaliper o plicómetro.

- pliegue tricipital: se mide en el punto medio de la cara posterior del brazo no dominante.
- pliegue bicipital: se mide en el punto medio de la cara anterior del brazo, sobre el vientre del músculo bíceps.
- pliegue subescapular: se mide por debajo de la escápula.
- pliegue abdominal: se mide en la línea umbilico-iliaca.

**Masa muscular**

es el cálculo del perímetro muscular del brazo mediante la determinación de la circunferencia o perímetro del brazo, con una cinta métrica inelástica y teniendo en cuenta el pliegue tricipital.

Para valorar si existe una situación de desnutrición en relación con la proteína muscular, basta con comparar nuestro valor con el percentil 50 de población.

Tanto para la grasa como la masa muscular se pueden hacer muchas medidas y calcular muchos índices.