

MEDICINA HUMANA

Lic. Daniela Monserrat Méndez Guillen

Alondra Yuliana Gonzalez Gordillo

MAPA CONCEPTUAL

Nutrición

3° A

ABCD DE LA NUTRICION

- Antropométricos: evalúan la composición corporal.
- Bioquímicos: evalúan la utilización de nutrimentos.
- Clínicos: manifestaciones físicas de excesos y deficiencias.
- Dietéticos: evalúan consumo de alimentos, hábitos, entre otros.

Permiten evaluar

La evaluación integral del estado de nutrición comprende aspectos antropométricos, bioquímicos, clínicos y dietéticos (A, B, C, D). No sólo sirve para obtener un diagnóstico estático, sino también para conocer los agentes causales de ese estado y detectar riesgos

Sus objetivos

- Conocer del estado nutricional del individuo.
- Conocer los agentes causales del estado de nutrición.
- Detectar los individuos en riesgo de deficiencias y/o excesos.
- Medir el impacto que tienen los alimentos en el estado nutricional, como factor determinante.

EVALUACIÓN CLÍNICO

Se realiza a través de una entrevista con la finalidad de obtener una "historia nutricional" que debe tener varios puntos

Son cuatro los elementos que se deben evaluar

- Examen general, observar el aspecto general del paciente, así como detectar los signos de pérdida de masa muscular, de masa grasa y peso corporal.
- Signos vitales: evaluar la tensión arterial
- Dimensiones físicas y composición corporal
- Identificación de signos en dirección cefalo-caudal.

EVALUACIÓN ANTROPOMETRICA

La antropometría es la técnica que se ocupa de medir las dimensiones físicas (tamaño corporal, talla, forma de cuerpo, % grasa corporal y % masa magra) del ser humano

Las medidas permiten

- Composición corporal.
- Crecimiento.
- Desarrollo físico.

se divide el cuerpo en dos compartimentos:

La masa magra representa el porcentaje (%) del peso en forma de tejido adiposo. Índice de masa corporal: La fórmula para calcular el IMC es la siguiente: $IMC = \frac{\text{peso (kg)}}{\text{estatura (m)}^2}$

Índice de cintura/cadera (ICC) y distribución de grasa abdominal: La fórmula para calcular el ICC es la siguiente: $ICC = \frac{\text{cintura}}{\text{cadera}}$

EVALUACIÓN BIOQUIMICA

La evaluación bioquímica permite detectar deficiencias o excesos de ciertos nutrimentos, así como alteraciones, mucho antes de que se vean reflejados en los indicadores antropométricos y clínicos.

Los indicadores bioquímicos evalúan:

- Reservas de nutrimentos.
- Concentraciones plasmáticas de los mismos.
- Excreción de nutrimentos o de metabolitos por orina o heces.
- Pruebas funcionales, por ejemplo, inmunológicas

Se dividen en dos

Las pruebas funcionales: estudian el adecuado desarrollo de un proceso fisiológico específico dependiente del nutrimento evaluado, de modo que la alteración o ausencia de la función estudiada será reflejo de un estado de nutrición inadecuado

Las pruebas estáticas: miden la concentración o la tasa de excreción de algún nutrimento metabolito, y se utilizan en la práctica clínica ya que reflejan la concentración del nutrimento en el lugar que fue medido

EVALUACIÓN DIETÉTICA

Su objetivo

- Conocer los hábitos alimentarios del paciente.
- Estimar la cantidad y la calidad de los alimentos de la dieta de un individuo, comparándolos con los lineamientos de la alimentación correcta.
- Estimar el consumo de nutrimentos y compararlo con las recomendaciones específicas al grupo de edad, al sexo y al estado fisiopatológico.

Se divide en:

La evaluación cualitativa: Completa, variada e inocua

La evaluación cuantitativa: Equilibrada y suficiente

Factores que pueden afectar:

- Consumo deficiente.
- Consumo excesivo.
- Ayuno > 7 días.
- Eliminar grupos de alimentos por tiempos prolongados.
- Pobre apetito.
- Dietas restrictivas.
- Dietas monótonas