



Nombre del Alumno:

Guadalupe Moshan Vázquez

Nombre del tema:

El ABC de la nutrición

Parcial

1

Nombre de la Materia

Nutrición clínica

Nombre del profesor

Daniela Monserrat Mendez

Nombre de la Licenciatura

Lic en enfermería

Cuatrimestre

3er

Lugar y Fecha de elaboración

03/8/2024 Comitán de Domínguez Chiapas.

EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICION

La evaluación integral del estado de nutrición comprende aspectos antropométricos, bioquímicos, clínicos y dietéticos (A, B, C, D).

Los objetivos de la evaluación del estado de nutrición son los siguientes:

- ☐ 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.

La historia clínico-nutricional es el instrumento que se utiliza para reunir información mediante una entrevista que permita hacer un juicio profesional sobre el estado de nutrición del sujeto

Historia clínico-nutricional detallada. ☐ Exploración física. ☐ Datos de laboratorio. ☐ Interpretación de signos y síntomas relacionados con estado de nutrición.



EVALUACIÓN ANTROPOMÉTRICA

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 en diferentes edades y estados fisiológicos

Composición corporal.

- ☐ Crecimiento.
- ☐ Desarrollo físico.

El equipo básico para la evaluación antropométrica del adulto es una báscula clínica, un estadímetro, una cinta antropométrica y el plicómetro.

índice cintura/cadera (ICC) y distribución de grasa abdominal: La fórmula para calcular el ICC es la siguiente: $\text{ICC} = \frac{\text{cintura}}{\text{cadera}}$ El ICC es un indicador de la distribución de la grasa corporal y permite distinguir entre la distribución tipo androide con predominio de la grasa en la parte superior del tronco, y la de tipo ginecoide, con predominio de grasa en cadera



EVALUACIÓN BIOQUÍMICA

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

Los indicadores bioquímicos incluyen pruebas físicas, bioquímicas, moleculares, microscópicas y de laboratorio que complementan la información obtenida con los demás indicadores y proporcionan información objetiva y cuantitativa del estado de nutrición.

Los indicadores bioquímicos se dividen en dos:

- ▣ Pruebas estáticas.
- ▣ Pruebas funcionales.

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



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.

EVALUACIÓN CLÍNICO

e realiza a través de una entrevista con la finalidad de obtener una "historia nutricia" que debe tener varios Puntos

Es mediante el examen físico como se detectan signos relacionados con deficiencias de nutrimentos que no pueden identificarse con otro indicador (AByD), que se refieren a los cambios relacionados con una nutrición deficiente y que pueden verse o sentirse en la piel, el cabello, las mucosas, entre otros

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, desde el punto de vista de la evaluación nutricia es fundamental evaluar la tensión arterial. La HTA está asociada con el desarrollo de complicaciones cardiovasculares, se considera como tal a la elevación de los valores sistólico y diastólico por encima de los límites de tolerancia o normales



EVALUACIÓN DIETÉTICA

El objetivo de la evaluación dietética es: ?

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.

La evaluación dietética se puede hacer desde dos puntos de vista: cualitativa y cuantitativa.

La evaluación cualitativa indica si la dieta es:

? Completa: porque incluya los tres grupos de alimentos en cada tiempo de comida.

? Variada: porque hay selección de diferentes alimentos dentro de cada grupo y uso de diferentes métodos de cocción para un mismo alimento.

? Inocua: porque no implica riesgos para la salud. .

Adecuada: a la edad, al presupuesto, al clima, a la temporada, etc

La evaluación cuantitativa se refiere a evaluar las características:

? Equilibrada: perfil o distribución energética, porcentaje de nutrimentos

. ? Suficiente: en energía para la edad, el estado fisiológico, la actividad física, etc.



ALIMENTACIÓN MODIFICADO EN EL CONTENIDO DE NUTRIMENTOS.

Las dietas modificadas en energía o en otros nutrientes específicos proveen los alimentos adecuados a la condición patológica y fisiológica del individuo.

Plan de alimentación modificado en el contenido de energía: La alimentación modificada en la cantidad de energía que se recomienda para un sujeto según sus necesidades específicas, puede ser hipoenergética o hiperenergética.

Plan de alimentación hipoenergético: El plan de alimentación restringido en energía se utiliza para producir un balance energético negativo y en consecuencia una disminución de peso. Se emplea en sujetos adultos que deben reducir su peso corporal porque tienen un exceso de grasa corporal o con un índice de masa corporal mayor a 25.

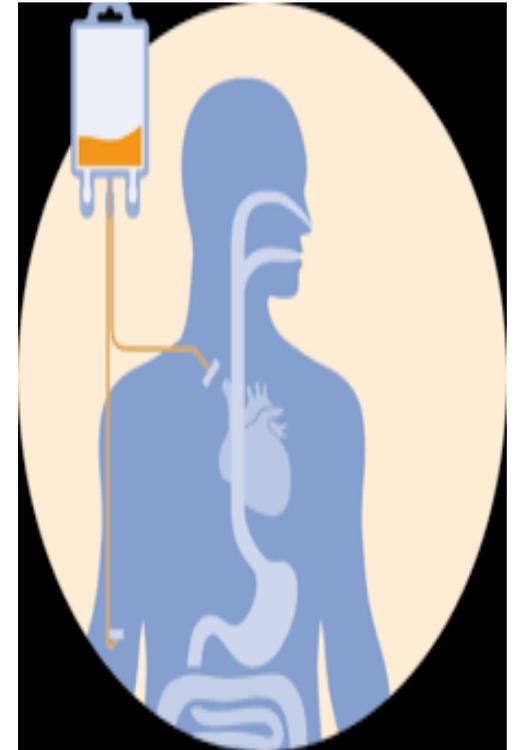
Plan de alimentación hiperenergético: El plan de alimentación con un aumento en la recomendación de energía se utiliza para lograr un balance energético positivo, de modo que el sujeto aumente de peso. Se pone en práctica en Pacientes que tienen un déficit de peso corporal de 20% o más.

NUTRICIÓN ENTERAL Y PARENTERAL

Nutrición enteral: La alimentación enteral es una técnica de nutrición que representa una opción para alimentar al paciente que no quiere comer por razones patológicas o psicológicas, que no puede comer la cantidad suficiente para cubrir sus necesidades nutrimentales o a quien no le es posible utilizar la vía oral por la propia patología

Nutrición parenteral: La alimentación parenteral es otra opción para nutrir al paciente que no puede utilizar el sistema digestivo y necesita recibir los nutrimentos a través de una vena central o periférica. Dichas formas de alimentación y la combinación de estas técnicas: oral/enteral, enteral/parenteral, oral/parenteral (alimentación mixta) permiten al equipo de salud brindar apoyo nutricional a los enfermos.

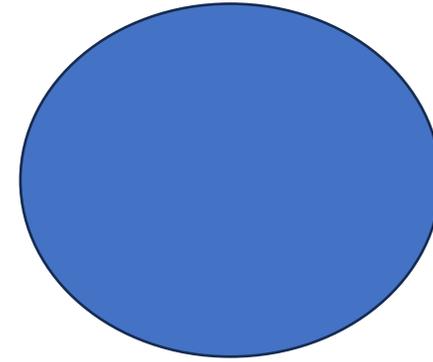
La alimentación enteral puede ser: Complementaria o mixta: Cuando se utiliza para cubrir parcialmente las necesidades nutrimentales, ya que el resto se consume por vía oral o parenteral (p. ej., si después de 7-10 días el sujeto consume menos de 50% de sus requerimientos diarios y ya se han intentado todas las medidas posibles para mejorar su ingesta oral). Completa. Cuando el total de nutrimentos se cubre por vía enteral.



Tipos de dieta

Endomorfo

- caracterizado por el predominio de grasa viscerales y masa muscular
- Su estructura ósea comúnmente esta poco desarrollada y es débil.
- Volumen corporal alto



Mesomorfo

- Caracterizado por el predominio de masa muscular y poco tejido adiposo
- De aspecto físico fuerte y resistente
- El volumen del tórax es superior al del abdomen

Volumen corporal medio



Ectomorfo

- Caracterizado por un organismo de musculos pobres y huesos delicados
- Masa muscular y tejido adiposo disminuido
- Extremidades largas y delgadas
- Volumen corporal bajo

