



TEMA: EL ABCD DE LA NUTRICIÓN

MATERIA: NUTRICIÓN

DOCENTE: JOANNA JUDITH CASANOVA ORTIZ

ALUMNA: KARLA GUADALUPE MÉRITO GÓMEZ

LICENCIATURA: ENFERMERÍA

CUATRIMESTRE: TERCER CUATRIMESTRE

EL ABCD DE LA NUTRICIÓN

¿QUE ES EL ABCD DE LA NUTRICIÓN?

En la evaluación nutricional se utiliza una metodología sistematizada con la aplicación de cuatro técnicas que permiten evaluar al individuo llamados indicadores nutricionales: antropométricas, bioquímicas, clínicas y dietéticas, que en conjunto se le conoce como el ABCD de la evaluación nutricional.

A. EVALUACIÓN ANTROPOMÉTRICA

La evaluación antropométrica es una técnica que representa un indicador para evaluar las dimensiones físicas, la composición corporal y evaluar el crecimiento lineal (niños). Se utiliza como una herramienta para monitorear el impacto de una intervención nutricional y se considera el método de elección para evaluar la composición corporal.
OBJETIVO: Conocer el estado nutricional del individuo.

HERRAMIENTAS:

- **EL IMC:** El IMC es un número que se calcula con base y peso de la persona, y es un indicador confiable que se utiliza para identificar las categorías de peso que pueden llevar a problemas de salud.
- **EL ICC:** La índice cintura cadera es el valor que se obtiene de dividir el perímetro de la cintura con el perímetro de la cadera ambos medidos en centímetros. Se emplea para medir los niveles de grasa abdominal de una persona y valor sus riesgos de sufrir algún problema cardiovascular
- **COMPLEXIÓN:** El tamaño de la estructura corporal de una persona se determina por la circunferencia de la muñeca en relación con su estatura corporal de una persona se determina por la circunferencia de la muñeca en relación con su estatura

B. EVALUACIÓN BIOQUÍMICA

La evaluación bioquímica permite detectar deficiencias o excesos de ciertos nutrientes, así como alteraciones muchos antes que se vean reflejados. Incluyen pruebas físicas, bioquímicas, moleculares, microscópicas, y de laboratorio, proporcionan información objetiva y cuantitativa del estado de nutrición.
OBJETIVO: Diagnosticar deficiencias nutricionales y trastornos metabólicos.

HERRAMIENTAS:

- **PRUEBAS DE FLUIDOS:** Esto se usa para averiguar si hay desequilibrio de líquidos o de nivel ácido-base en el cuerpo.
 - **PRUEBA DE DESECHOS CORPORALES:** Se utiliza para diagnosticar o ayudar en el diagnóstico de diversas enfermedades.
 - **PRUEBA DE TEJIDOS DE CELULAS:** Estas pruebas permiten diagnosticar y vigilar muchas enfermedades de la médula ósea, problemas de la sangre.
 - **ANÁLISIS:** Los análisis de sangre, orina, nos ayudan a diagnosticar enfermedades
- En conclusión las pruebas nos sirven para diagnosticar las diversas enfermedades que podemos presentar.

C. EVALUACIÓN CLÍNICA

La evaluación clínica es donde se detectan signos relacionados con deficiencias de nutrientes que no pueden identificarse con otro indicador (ABYD) que se refiere a los cambios relacionados con una nutrición deficiente y que pueden verse o sentirse en la piel, cabello, las mucosas entre otras.
OBJETIVO: Los objetivos son detectar las posibles carencias nutricionales antes que aparezcan signos clínicos.

HERRAMIENTAS:

- **HISTORIA NUTRICIA:** Sirve para conocer el consumo de diferentes grupos de alimentos en el pasado lejano, lo cual permite conocer los hábitos alimentarios del paciente.
Se lleva a cabo de manera sistemática mediante 4 técnicas:
- **INSPECCIÓN:** Observación para evaluar color, forma, textura y tamaño.
- **PALPACIÓN:** Tacto evalúa textura, tamaño, temperatura, y movilidad (superficial y profunda)
- **PERCUSIÓN:** Golpes rápidos con los dedos y las manos para que con los sonidos identificar si un órgano es sólido o está lleno de líquidos o gas
- **AUSCULTACIÓN:** Escuchar ruidos del organismo

D. EVALUACIÓN DIETÉTICA

La evaluación dietética es un método prospectivo en formato abierto que recoge información sobre los alimentos y bebidas consumidos en un periodo de tiempo previamente especificado.
OBJETIVO: Conocer los hábitos del paciente, estimar la cantidad y la calidad de los alimentos de un individuo comparándolos con los alineamientos de alimentación correcta.

HERRAMIENTAS:

- **RECORDATORIO DE 24 HORAS:** Es un método útil para estimar el total de porciones de alimentos consumidos durante el día y el total de porciones de cada grupo de alimentos por densidad de energía.
- **CUESTIONARIOS DE FRECUENCIA DE CONSUMO ALIMENTARIO:** Se utiliza a nivel poblacional para evaluar la ingesta alimentaria especialmente en niños.
- **DIARIO DE PESO Y MEDIDAS:** Ayuda a registrar y rastrear el peso corporal, caderas, brazos, piernas y otra personalización.
- **DIARIO DE ALIMENTOS Y BEBIDAS:** Este diario ayuda a entender los hábitos alimenticios

BIBLIOGRAFIAS

<https://ftp.isalud.edu.ar/news/links/Revista-ISALUD-%20Mayo-2020-78-80.pdf>

<https://www.cun.es/chequeos-salud/vida-sana/nutricion/valoracion-estado-nutricional#:~:text=Los%20objetivos%20de%20realizar%20dichas, posibles%20d%C3%A9ficits%20en%20las%20mismas>

<https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC2015supl1RE GISTRO.pdf>

<https://www.cdc.gov/healthyweight/spanish/assessing/bmi/index.html#:~:text=El%20%C3%ADndice%20de%20masa%20corporal,llevar%20a%20problemas%20de%20salud>

<https://www.clinicamenorca.com/blog/calcular-indice-cintura-cadera/#:~:text=El%20%C3%8Dndice%20Cintura%2DCadera%20es,de%200sufrir%20alg%C3%BAn%20problema%20cardiovascular>

<https://www.labtestsonline.es/tests/analisis-de-liquidos-biologicos#:~:text=Las%20pruebas%20de%20laboratorio%20pueden,parte%20u%20otra%20del%20organismo>

<https://vivolabs.es/analisis-de-heces-definicion-y-usos/#:~:text=El%20an%C3%A1lisis%20de%20heces%20es%20una%20prueba%20de%20laboratorio%20que,intestino%20irritable%20C%20disbiosis%20y%20m%C3%A1s>

<https://edn.issste.gob.mx/Imagenes/Biblioteca/Rev/REDN2015616117121.pdf>

https://ibero.mx/campus/publicaciones/clinica_nutric/pdf/Documentonormativo.pdf