



Mi Universidad

Mapa conceptual

Cassandra Solis Pinto

Parcial 2

Nutrición

Lic. Daniela Monserrat Méndez Guillén

Medicina Humana

Tercer Semestre

Comitán de Domínguez, Chiapas a 12 de Octubre del 2024.

EL ABCD DE LA NUTRICIÓN

EVALUACIÓN DEL ESTADO DE NUTRICIÓN

¿QUE ES?

Condición resultante de la ingestión, digestión y utilización de los nutrientes, es por lo tanto, un proceso dinámico.

OBJETIVO

- 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.

ELEMENTOS PARA SU APLICACIÓN

- Obtención de datos e información por parte del individuo evaluado
- La realización de una serie de pruebas y mediciones.
- La aplicación sistemática y ordenada de los mismos.
- La evaluación e interpretación de los datos, informaciones, mediciones y pruebas obtenidas.
- El establecimiento de un diagnóstico sobre el estado de nutrición del sujeto evaluado.

ELEMENTOS PARA SU APLICACIÓN

- Obtención de datos e información por parte del individuo evaluado
- La realización de una serie de pruebas y mediciones.
- La aplicación sistemática y ordenada de los mismos.
- La evaluación e interpretación de los datos, informaciones, mediciones y pruebas obtenidas.
- El establecimiento de un diagnóstico sobre el estado de nutrición del sujeto evaluado.

MÉTODOS QUE PERMITEN EVALUAR EL ESTADO DE NUTRICIÓN

- Antropométricos: Evalúan la composición corporal.
- Bioquímicos: Evalúan la utilización de nutrientes.
- Clínicos: Manifestaciones físicas de excesos y deficiencias.
- Dietéticos: Evalúan consumo de alimentos, hábitos, entre otros.

EVALUACIÓN ANTROPOMÉTRICA

¿QUE ES?

Técnica que se ocupa de medir las dimensiones físicas del ser humano en diferentes edades y estados fisiológicos.

PERMITE INFERENCIAS

- Composición corporal
- Crecimiento
- Desarrollo físico

UTILIZA

Serie de mediciones que permiten evaluar al individuo y establecer correlaciones con la satisfacción de sus requerimientos nutricionales.

EQUIPO BÁSICO PARA LA EVALUACIÓN

- Báculo clínico.
- Estadimetro.
- Cinta antropométrica
- Plicómetro

COMPOSICIÓN CORPORAL

MASA MAGRA

GRASA CORPORAL

FORMULAS

Índice de Masa Corporal

$\text{peso (Kg) / estatura (m}^2\text{)}$

Índice de cintura/cadera

Cintura/cadera

Circunferencia de la Muñeca

Talla en (m) / Circunferencia de la muñeca (cm).

EVALUACIÓN BIOQUÍMICA

¿QUE ES?

Evalúa la utilización de nutrientes permitiendo valorar (valores) sanguíneos para conocer su estado nutricional y contenido dietético.

EVALUA

- Reservas de nutrientes.
- Concentraciones plasmáticas de los mismos.
- Excreción de nutrientes o de metabolitos por orina o heces.
- Pruebas funcionales.

LOS INDICADORES BIOQUÍMICOS SE DIVIDEN EN DOS

PRUEBAS ESTÁTICAS

Miden la concentración o la tasa de excreción de algún nutriente o metabolismo.

PRUEBAS FUNCIONALES

Estudian el adecuado desarrollo de un proceso fisiológico específico dependiente del nutriente evaluado, de modo que la alteración o ausencia de la función estudiada será reflejo de un estado de nutrición inadecuado.

EVALUACIÓN DIETÉTICA

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 nutrientes y compararlo con las recomendaciones específicas al grupo de edad, al sexo y al estado fisiopatológico.

SE PUEDE HACER POR:

CUALITATIVA

INDICA SI LA DIETA ES:

- **Completa:** 3 grupos de alimentos en cada tiempo de comida.
- **Variada:** selección de diferentes alimentos dentro de cada grupo y diferentes métodos de cocción para un mismo alimento.
- **Inocua:** No implica riesgos para la salud.
- **Adecuada:** a la edad, presupuesto, clima, temporada, etc.

CUANTITATIVA

EVALUA CARACTERÍSTICAS:

- Equilibrada: perfil o distribución energética, porcentaje de nutrientes.
- Suficiente: en energía para la edad, el estado fisiológico, la actividad física, etc.