



Mi Universidad

Mapa conceptual

Ramón de Jesús Aniceto Mondragón

Parcial II

Nutrición

Lic. Daniela Monserrat Méndez guillen

Medicina Humana

Tercer Semestre

Comitán de Domínguez, Chiapas a 6 de octubre de 2024

EL ABCD DE LA NUTRICIÓN

¿QUÉ EVALUA?

EL ESTADO NUTRICIONAL

POR DEFINICIÓN

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

SEGUN GIBSON

"la interpretación de la información obtenida de estudios clínicos, dietéticos, bioquímicos y antropométricos.

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.

MÉTODOS

ANTROPOMÉTRICOS

La antropometría es la técnica que se ocupa de medir las dimensiones físicas del ser humano en diferentes edades y estados fisiológicos.

- tamaño corporal
- talla
- forma de cuerpo
- % grasa corporal
- % masa magra

Las medidas permiten hacer inferencias de:

- Composición corporal.
- Crecimiento.
- Desarrollo físico.

Composición corporal

Masa magra

- Masa celular corporal:
 - músculo 35-70%
 - vísceras 10%.
- Proteínas plasmáticas: 5%.
- Líquido extracelular: 20%.
- Esqueleto: 10%

Grasa corporal

- índice cintura/cadera (ICC) y distribución de grasa abdominal.
- IMC: peso (kg)/estatura (m²)

BIOQUÍMICA

permite detectar deficiencias o excesos de ciertos nutrimentos, así como alteraciones.

Los indicadores bioquímicos incluyen pruebas físicas, bioquímicas, moleculares, microscópicas y de laboratorio.

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

Los indicadores bioquímicos se dividen en dos:

Estáticas

Miden la concentración o la tasa de excreción de algún nutrimento o metabolito, y se utilizan en la práctica clínica ya que reflejan la concentración del nutrimento en el lugar que fue medido.

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.

- biometría hemática
- química sanguínea
- electrólitos
- albumina sérica.

CLÍNICO

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

- Antecedentes personales
- Datos socioeconómicos
- Medicamentos

Cuatro elementos de evaluación:

- Examen general, observar el aspecto general del paciente.
- Signos vitales
- Dimensiones físicas y composición corporal.
- Identificación de signos en dirección cefalo-caudal

DIETÉTICA

Objetivo de la evaluación dietética

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

Evaluación desde dos puntos:

Cualitativa

Completa

porque incluye 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.

Cuantitativa

Equilibrada

perfil o distribución energética, porcentaje de nutrimentos

Suficiente

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

Factores dietéticos que afectan:

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

Referencia bibliográficas:

- Antología. Nutrición clínica.