Mapa conceptual

Ermin de Jesus Reyes López

Parcial 2°

Nutrición Clínica

Lic. Daniela Monserrath Méndez Guillen

Medicina humana

Tercer semestre

Comitán de Domínguez, Chiapas, a 11 de octubre de 2024

Nutrición

Dietetica

Se encargara de evaluar el consumo de alimentos, habitos, entre otros, donde nos dara algunos datos que nos orientara sobre el estado en que se encuentre el paciente

Para llevar una mejor dieta y administración de alimentos exieten formulas como:

- GEB: Gsto energético basal
- ETA: Efecto termico de los alimentos
- AF: Actividad fisica
- EF: Estres fisiológico

- Calculo AF : Factor actividad fisica x Kcal basales.
- GET: GEB+ ETA+ AF o EF (formula para kcal totales)
- Distribución de macros:
- CH: % x kcal total/ 4 kcal= gr
- LP: % x kcal total / 9 kcal= gr
- PROT: % X Kcal total/ 4 kcal= gr

- IMC: peso(kg)/talla(m)2 .
- P. Ideal (M): 21.5 kg/m2 x talla(m)2 .
- P. Ideal (H): 23 kg/m2 x talla (m)2.
- P. Maximo 24.99 kg/m2 x talla (m)2.
- P. Mínimo: 18.5 kg/m2 x talla (m)2.
- P. Meta: .95 x peso real

Bioquimico

Se encargara de evaluar la utilización de nutrimentos, refiriendonos como esta el estado metabolico del paciente que nos referira algunas patologias

Los indicadores bioquimicos evaluan:

- Reservas de nutrimentos
- Concentraciones plasmaticas de nutrimentos
- Excrecion de nutrimentos o de metabolitos por orina o heces
- Prueba funcionales, por ejempplo inmunologia

Clinico

Podremos ver como el paciente precenta manifestaciones clinicas de excesos y deficiencias de algunos nutrimentos, como ejemplo podemos ver los sindromes anemicos

Antropometricos

Evalua la composicion corporal

Se puede utilizar como una herramienta para monitorear el impacto de una intervención nutricional

Seran tecnicas que se ocupan para medir las dimenciones fisicas (talla, peso, edad,) y como se relaciona o concuerda con su edad y estado nutricional

Metodos de medición

Perimetro cefalico

- Al nacer debe tener un perimetro cefalico de 35cm
- 1er trimestre- 2 cm por mes= 39cm
- 2do trimestre- 1cm por mes= 42cm
- 7-12 mes- 0.5 cm por mes= 45cm
- 1-2 años 3cm = 48cm
- 2-5 años= 60 cm

Circunferencia de cintura

- Pasar la cinta 2 dedos arriba del hombligo
- O en la 10° costilla sobre la cresta iliaca

Circunferencia de muñeca

- Se utiliza para saber la complección del paciente
- Para tomarlo se posiciona la cinta por debajo del estiloides
- y su formula es (Talla cm / C.Muñeca CM

Circunferencia de caderas

- Tener manos recojidas
- La cinta tiene que pasar por la parte más predominante del gluteo

Talla

- Colocar al paciente en bipedestacion sin calzado

Talla de niños

- Para los menores de 2 años utilizar el infantimetro
- Niños mayores a 5 años utilizar el estadimetro adulto

Peso para bebés

- Colocar al niño menor de 2 años en la bascula
- Colocar al bebé con lo menos de ropa posible
- Si el niño es muy inquieto se puede hacer el ejercicio de tara
- La persona debe quedar viendo hacia los numeros

Peso

- Colorcar al paciente en posicion de biédestación
- con el minimo de ropa posible
- Acercioarse de que la bascua marque cero

Herramientas de medición

- Cinta antropometrica
- Estadimetro
- Bascula
- Baumanometro
- Estetoscopio
- Termometro

Somatotipos

Ectomorfo

Este somatotipo suele tener una forma rectangular, tiene las extremidades más largas y un organismo de musculos pobres y huesos debiles, poco almacenamiento de grasa volumen corporal bajo, desarrollan resistensia

Mesomorfo

Estos suelen tener una forma de trialgulo invertido osea suelen tener la parte de los hombros mas amchas, estos se caracterizan por el predominio de grasa muscular y poco tejido adiposo, llamados el cuerpo ideal, tambien tienen la peculiaridad de ganar masa muscular muy rapido y desarrollan fuerza y resistencia

Endomorfo

Caracterizado por el predominio de grasa visceral y masa muscular su estructura osea comunmente esta poco desarrollada y tienden a tener una forma redonda

Referencias

1. Antologia de Nutrición Clinica UDS