



Mi Universidad

MAPA CONCEPTUAL

Hanna Abigail Lopez Merino

Segundo Parcial

Nutrición

Lic. Daniela Monserrat Méndez Guillen

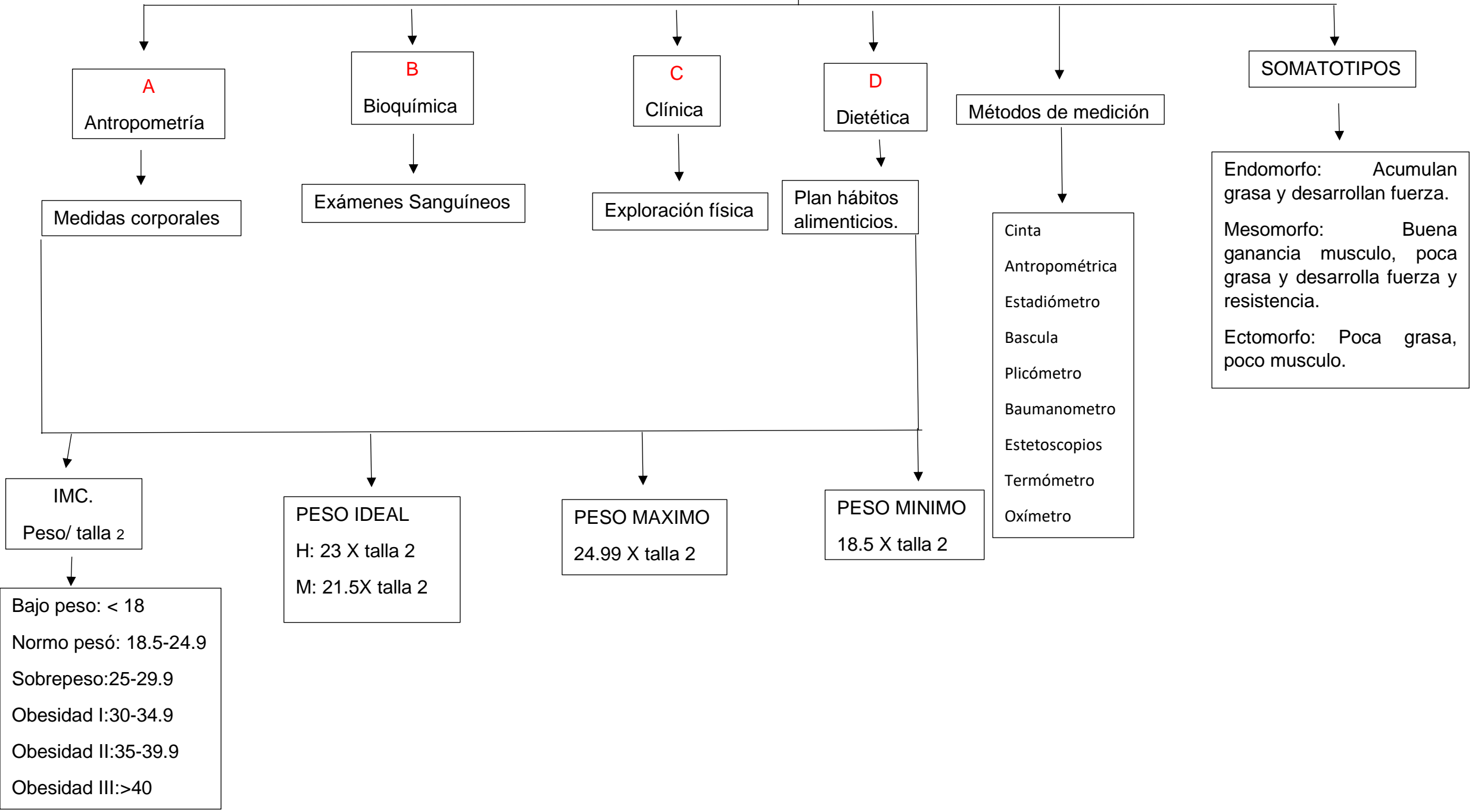
Medicina Humana

3 grupo B

Comitán de Domínguez, 12 de octubre del 2024

ABCD DE LA NUTRICION

- Los cuatro métodos que en conjunto permiten evaluar el estado nutricional.



A
Antropometría

B
Bioquímica

C
Clínica

D
Dietética

SOMATOTIPOS

Medidas corporales

Exámenes Sanguíneos

Exploración física

Plan hábitos alimenticios.

Métodos de medición

- Cinta
- Antropométrica
- Estadiómetro
- Bascula
- Plicómetro
- Baumanometro
- Estetoscopios
- Termómetro
- Oxímetro

Endomorfo: Acumulan grasa y desarrollan fuerza.

Mesomorfo: Buena ganancia musculo, poca grasa y desarrolla fuerza y resistencia.

Ectomorfo: Poca grasa, poco musculo.

IMC.
Peso/ talla 2

- Bajo peso: < 18
- Normo pesó: 18.5-24.9
- Sobrepeso:25-29.9
- Obesidad I:30-34.9
- Obesidad II:35-39.9
- Obesidad III:>40

PESO IDEAL
H: 23 X talla 2
M: 21.5X talla 2

PESO MAXIMO
24.99 X talla 2

PESO MINIMO
18.5 X talla 2

REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

- UDS, Antología de nutrición clínica. Recuperado el 6 de octubre del 2024

