



Nombre: Priscila Monserrat Molina

Nutrición

Tercer semestre

Grupo C

DRA. Anahí Lizbeth córdoba Ruiz

Medicina humana

Comitán de Domínguez, Chiapas a 11 de octubre del 2024

Antropometría

- Medición de peso
- Altura
- (IMC)
- Circunferencia de la cintura y cadera
- pliegues cutáneos

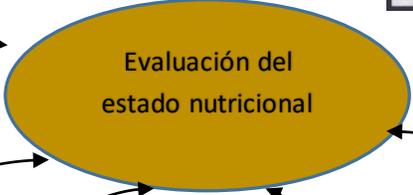
Estilo de vida

- Nivel de actividad física
- Hábitos de sueño
- Factores psicosociales



Bioquímica

- Análisis de sangre
- Niveles de sangre
- Hemoglobina y hematocrito
- Vitaminas y minerales



Factores socioeconómicos

- Ingresos y acceso a alimentos
- Educación nutricional
- Preferencias culturales y religiosas



Clínica

- Historia clínica
- evaluación de signos clínicos
- Examen físico



Métodos que nos permiten describir el estado nutricional de una persona y determinar sus necesidades

Peso corporal

- Medición kg
- Uso de balanza calibrada
- Condiciones para la medición (ayuno, ropa ligera,)



Circulación de cadera

- Medición cm
- Indicador de distribución de grasa corporal



Altura

- Medición cm
- Uso de estadiómetro
- Posición adecuada (descalzo, espalda recta)



Evaluación antropométrica



Pliegues cutáneos

- Métodos de medición capilar
 - Principales puntos de medición bíceps, tríceps subescapular y supra iliaco

Instrumentos

- Balanza
- Estadiómetro
- Cinta métrica
- Calibrador de pliegues

Índice de masa corporal

- Calculo peso (kg)
- Categorías de IMC
- Bajo peso < 18.5
- Normal: 18.5-24.9
- Sobre peso: 25-24.9
- Obesidad mayor de 30

Factores que afectan

- Edad
- Sexo
- Nivel de actividad física
- Condiciones medicas

Importancia en diagnóstico y monitoreo de salud

Equipos y herramientas

- Analizadores automáticos
- Espectrofotómetros
- Microscopias

Interpretación de resultados

- Valores de referencia
- Identificación de anomalías
- Informe y diagnóstico

Evaluación bioquímica

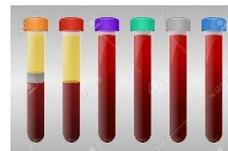
Tipos de análisis

- Hemograma
- Perfil lipídico
- Glucosa



Análisis de orina

- Uro análisis
- Creatinina



Muestras y preparación

- Tipos de muestra sangre, orina, tejidos
- Técnicas de recolección y manejo



Consideraciones éticas

- Consentimiento informado
- Confidencialidad de datos



Medidas ya análisis

- Macronutrientes
- Carbohidratos
- Proteínas
- Grasa



Micronutrientes

- Vitaminas
- Minerales
- Hidratación
- Consumo líquidos



Importancia en la salud y prevención de enfermedades

Métodos de evaluación

- Recordatorio de 24 horas
- Tipo de alimentos y frecuencia de consumo
- Registro detallado de ingesta de diaria

Evaluación dietética



Evaluaciones Periódicas

Monitoreo

- Evaluaciones periódicas
- Ajustes de plan de alimentos
- Control (IMC)

Educación nutricional

- Talleres y sesiones informativas
- Planes de alimentos personalizados
 - Suplementación



