



Mapa Mental

Odalis Poleth Moreno Guillen

II parcial

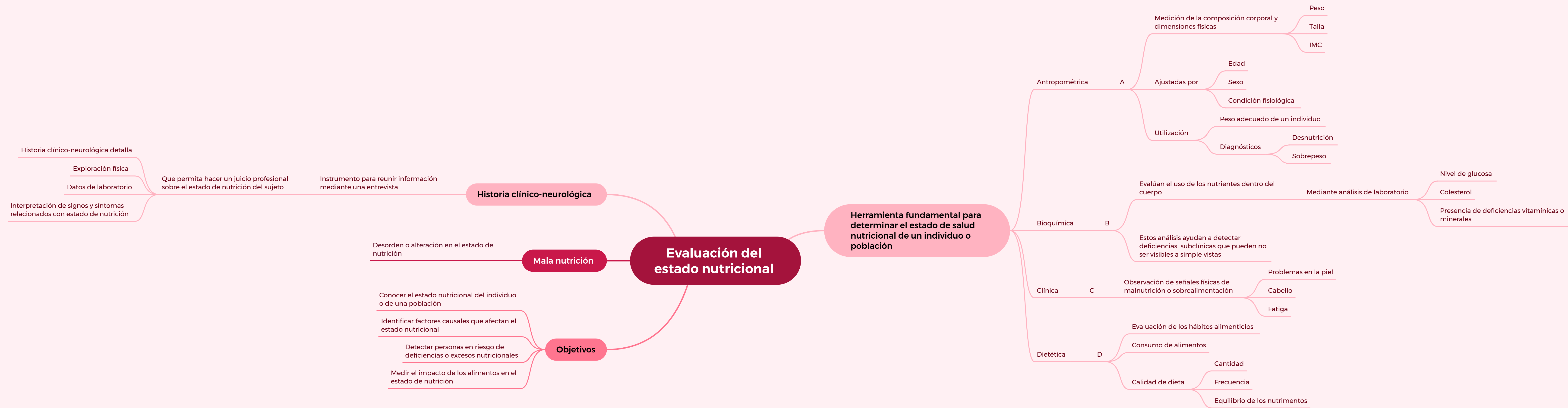
Nutrición

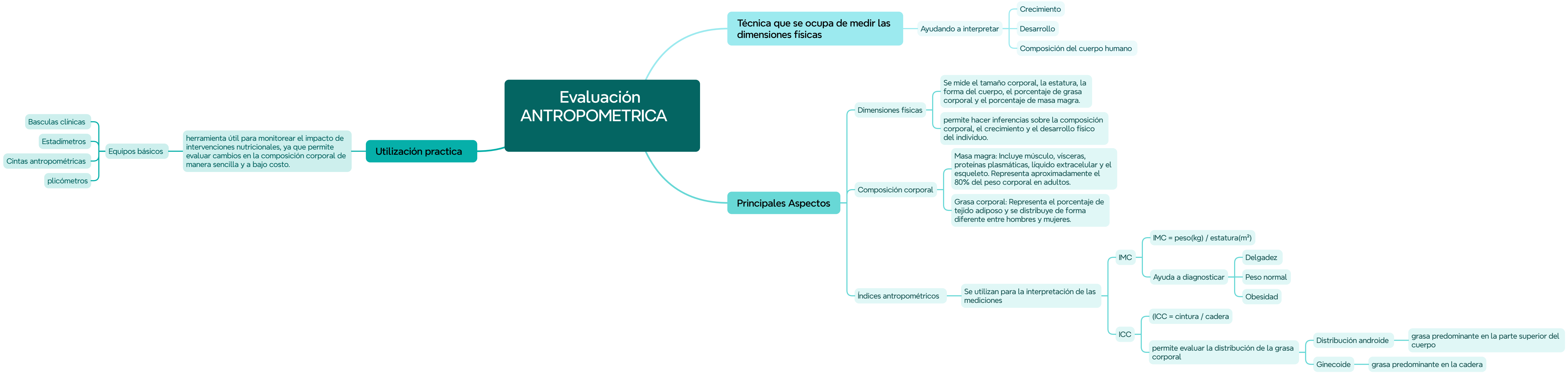
Dra. Ruiz Córdova Lizbeth Anahí

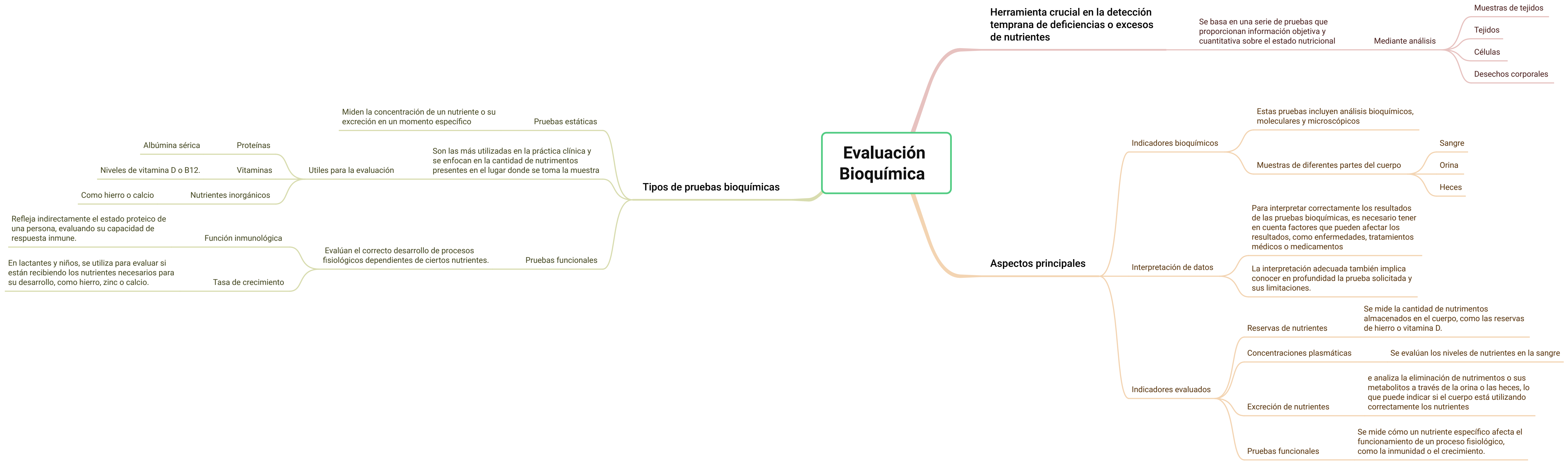
Licenciatura en medicina humana

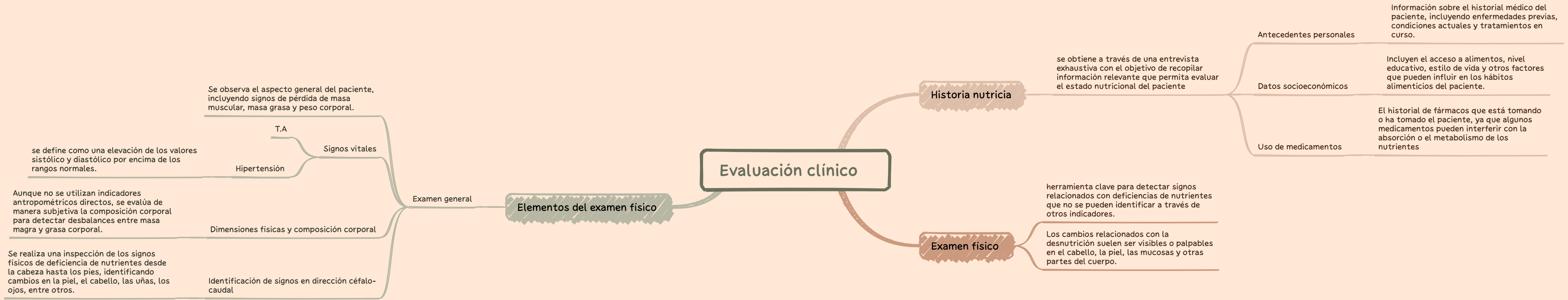
Tercer semestre grupo "C"

Comitán de Domínguez Chiapas a 11 de octubre de 2024









Evaluación clínica

Elementos del examen físico

Examen general

Signos vitales

Se observa el aspecto general del paciente, incluyendo signos de pérdida de masa muscular, masa grasa y peso corporal.

T.A

Hipertensión

se define como una elevación de los valores sistólico y diastólico por encima de los rangos normales.

Dimensiones físicas y composición corporal

Aunque no se utilizan indicadores antropométricos directos, se evalúa de manera subjetiva la composición corporal para detectar desbalances entre masa magra y grasa corporal.

Identificación de signos en dirección céfalo-caudal

Se realiza una inspección de los signos físicos de deficiencia de nutrientes desde la cabeza hasta los pies, identificando cambios en la piel, el cabello, las uñas, los ojos, entre otros.

Historia nutricia

se obtiene a través de una entrevista exhaustiva con el objetivo de recopilar información relevante que permita evaluar el estado nutricional del paciente

Antecedentes personales

Información sobre el historial médico del paciente, incluyendo enfermedades previas, condiciones actuales y tratamientos en curso.

Datos socioeconómicos

Incluyen el acceso a alimentos, nivel educativo, estilo de vida y otros factores que pueden influir en los hábitos alimenticios del paciente.

Uso de medicamentos

El historial de fármacos que está tomando o ha tomado el paciente, ya que algunos medicamentos pueden interferir con la absorción o el metabolismo de los nutrientes

Examen físico

herramienta clave para detectar signos relacionados con deficiencias de nutrientes que no se pueden identificar a través de otros indicadores.

Los cambios relacionados con la desnutrición suelen ser visibles o palpables en el cabello, la piel, las mucosas y otras partes del cuerpo.

Evaluación Dietética

proceso que consiste en recopilar información sobre la alimentación de una persona para calcular la ingesta de nutrientes, energía y otros componentes de la dieta

Factores dietéticos que afectan el estado nutricional

- Consumo deficiente o excesivo de alimentos.
- Ayuno prolongado (mayor a 7 días).
- Eliminación de grupos de alimentos durante periodos largos.
- Pobre apetito.
- Dietas restrictivas o monótonas que pueden generar deficiencias nutricionales.

Objetivos

- Conocer los hábitos alimentarios del paciente.
- Estimar la cantidad y calidad de los alimentos que consume y compararlos con los lineamientos de una alimentación correcta.
- Determinar el consumo de nutrimentos y contrastarlo con las recomendaciones nutricionales específicas según la edad, sexo y estado fisiopatológico.

Herramientas de apoyo en el análisis

Utilizado para calcular el aporte energético total, proteínas, grasas e hidratos de carbono, lo que permite evaluar la suficiencia y el equilibrio de la dieta.

Sistema Mexicano de Alimentos Equivalentes

Ayudan a analizar otros nutrimentos como fibra, colesterol, vitaminas y minerales.

Tablas de composición de alimentos

Tipos de evaluación

Evaluación cualitativa

- Completa: Incluir los tres grupos de alimentos en cada comida.
- Variada: Diversificar los alimentos dentro de cada grupo y utilizar diferentes métodos de cocción.
- Inocua: No debe representar riesgos para la salud.
- Adecuada: Debe ajustarse a las necesidades de edad, presupuesto, clima, temporada, etc.

Evaluación cuantitativa

- Equilibrada: Evaluar la distribución energética, es decir, el porcentaje de nutrimentos (proteínas, carbohidratos, grasas).
- Suficiente: Determinar si la energía consumida es adecuada para la edad, el estado fisiológico y la actividad física.

Herramientas para la evaluación dietética

Retrospectivas

- Recordatorio de 24 horas: Pregunta sobre el consumo del último día.
- Encuesta de dieta habitual: Recopila información sobre los hábitos alimentarios generales.
- Frecuencia de consumo de alimentos: Pregunta sobre la frecuencia con la que se consumen ciertos alimentos.
- Historia dietética: Revisión detallada de los hábitos alimentarios a largo plazo.

Prospectivas

- Diario de alimentos: Registra lo que el paciente consume durante 1, 3 o 7 días.