



Infografía

Nombre del alumno (a): WENDY NALLELY CASTELLANOS LOPEZ

Nombre del tema: Medidas antropométricas

Parcial: 2

Nombre de la Materia: Salud pública comunitaria

Nombre del profesor: Lic. Selene Ramírez Reyes

Nombre de la Licenciatura: Trabajo social y gestión comunitaria

Cuatrimestre: séptimo.

Pichucalco Chis. A 30 de noviembre del 2024.

INTRODUCCIÓN

A continuación, en este siguiente trabajo de investigación hablaremos del tema: “medidas antropométricas”. Es un tema muy interesante y llamativo ya que nos ayuda a conocer mas sobre nuestro cuerpo en específico las medidas que tiene cada parte de nuestro cuerpo.

Las medidas antropométricas son una técnica que nos permite evaluar la composición, las proporciones y el tamaño del cuerpo humano. Este tema nos explica lo importante que son las medidas antropométricas ya que nos reflejan nuestro estado de salud y nutricional. También explicaremos un poco sobre los tipos de medidas antropométricas hay, esperando que la información sea la adecuada y sea entendible para el lector.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	2
Medidas antropométricas.....	4
CONCLUSIÓN.....	5
BIBLIOGRAFIA.....	6

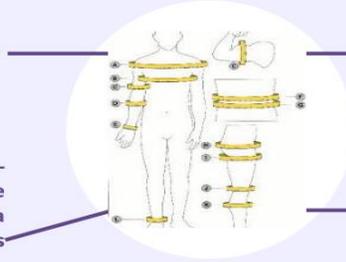
Medidas antropométricas

MEDIDAS ANTROPOMETRICAS

¿Qué son las medidas antropométricas?

son un conjunto de técnicas que permiten evaluar el tamaño, la forma, la composición y las proporciones del cuerpo humano.

Es un método no-invasivo ampliamente difundido para evaluar las medidas del cuerpo humano, las proporciones y la composición corporal.



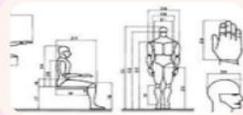
La antropometría se ocupa de las mediciones comparativas del cuerpo humano, sus diferentes partes y sus proporciones.

Además, puede utilizarse como un indicador tanto de condiciones relacionadas con nutrición como con la salud de las personas.

TIPOS DE MEDIDAS ANTROPOMETRICA

ESTATICAS O ESTRUCTURAL

Mide las dimensiones del cuerpo en una posición fija, como de pie o sentado. Es fundamental para el diseño de espacios de trabajo, mobiliario, y entornos.



DINAMICA O FUNCIONAL

Mide el cuerpo en movimiento, haciendo énfasis en las articulaciones y la dinámica de las extremidades.

Medidas antropométrica

TALLA

Se mide desde la coronilla de la cabeza hasta los talones, de pie en niños mayores de 24 meses.



PESO

Se puede medir con balanzas de palanca, redondas de resorte o electrónicas.



PERIMETROS CORPORALES

Se miden en la cintura, abdomen, cuello, tórax, cadera, brazos, antebrazos, muñecas, muslo y pantorrilla.



ESPESOR DEL PLEGUE CUTANEO

Se mide con un plicómetro para conocer la grasa subcutánea.



DIAMETRO ABDOMINAL SAGITAL

Mide la grasa subcutánea en la zona abdominal, es decir, la grasa perivisceral



Instrumento para tomar medidas

BÁSCULA DE BIOIMPEDANCIA

Nos dirá del peso de la persona, qué parte corresponde a grasa, qué parte a hueso, a agua y a músculo.



EL PLICÓMETRO

se utiliza para medir el grosor de los pliegues cutáneos o tejido subcutáneo



LA CINTA DE MEDIR

Lo ideal es que sea metálica pero flexible, porque nos permite no invadir el espacio del paciente



LÁPIZ DEMOGRÁFICO

un lápiz que lo que hace es pintar y borrar las marcas fácilmente en la piel.



EL CALIBRE

permite medir los diámetros para calcular masa ósea del paciente en puntos muy concretos.



CONCLUSIÓN

Concluimos con este trabajo de investigación entendiendo a que se refiere las medidas antropométricas lo importantes que es saber y poder medirnos cada parte de nuestro cuerpo, de igual manera conocimos los tipos de medidas que hay para cada parte del cuerpo y los instrumentos que se usan para poder saber con exactitud las medidas de nuestro cuerpo.

En definitiva, es importante saber y tener un control sobre nuestras medidas de nuestro cuerpo ya que las medidas antropométricas, pueden utilizarse como un indicador sobre nuestra condición y nuestra nutrición para tener una mejor calidad de vida.

BIBLIOGRAFIA

- [Antropometría - Wikipedia, la enciclopedia libre](#)
- [Antropometría - Concepto, tipos, nutrición, arquitectura y más](#)
- [Qué son las medidas antropométricas y cómo tomarlas | Kapital Inteligente](#)
- [ManualdeAntropometria \(1\).pdf](#)