



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Clara Luz Gonzalez Lopez

Nombre del tema: Medidas de evaluación alimentaria y nutrición en estudios epidemiológicos, valoración nutricional y exploración física

Nombre de la Materia: Epidemiologia

Nombre del profesor: Felipe Antonio Mora

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 4

Parcial: 3

Medidas de evaluación alimentaria y nutrición en estudios epidemiológicos

Estado nutricional

El estado nutricional de un individuo se puede definir como el resultado entre el aporte nutricional que recibe y sus demandas nutritivas, debiendo permitir la utilización de nutrientes mantener las reservas y compensar las pérdidas.



Factor de riesgo

Una ingestión calórica excesiva, un estilo de vida sedentario o ambas cosas a la vez determinan un aumento del tamaño de nuestros depósitos de grasa que cuando alcanzan un valor crítico comportan la aparición de un cuadro clínico y social conocido como obesidad.

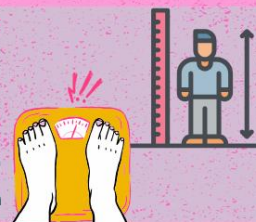


Medidas antropométricas

Se basan en tomar medidas de longitud y peso sobre el propio cuerpo y compararlas con valores de referencia en función de nuestra edad, sexo y estado fisiopatológico.

TALLA Y PESO

Los parámetros más habituales y que siempre se miden son la talla (T) y el peso (P). Existen numerosas tablas que nos indican el peso deseable en función de nuestra talla y sexo.



Bioquímica

Son aquellas muestras orgánicas que permiten detectar patologías o alteraciones del organismo, por otra parte, este apartado mide el uso de los nutrientes en el cuerpo.

- Analisis de sangre para evaluar:
 - glucosa
 - colesterol
 - triglicéridos
 - proteínas



Clinicos

Este apartado hace referencia a la evaluación clínica dentro de la evaluación del estado nutricional, la cual consta de la historia médica, un examen físico y la interpretación de los signos y síntomas que conllevan a una mala práctica alimenticia.



Dietéticos

Enfocado en la evaluación dietética ayuda al especialista a realizar una evaluación cuantitativa y cualitativa del consumo alimenticio del paciente.

- tipo de alimentación
- frecuencia de comidas
- cantidades



Evaluación alimentaria

Consiste en cuantificar los nutrientes ingeridos durante un período que permita suponer que responde a la dieta habitual. Cuando estas cantidades de nutrientes se comparan con tablas de ingestiones recomendadas, podemos tener una idea de qué es lo que tomamos en exceso y qué en defecto



VALORACION NUTRICIONAL



Las guías alimentarias trasladarían estas recomendaciones en términos de alimentos como patrón dietético que permite conseguir el perfil nutricional de referencia, como sistema de apoyo para prevenir el desarrollo precoz de enfermedades crónicas y degenerativas e incluso mejorar la cantidad y calidad de vida.

DEFINICION

Es un proceso que permite evaluar el estado nutricional de una persona, identificar necesidades y deficiencias nutricionales, para así poder desarrollar un plan de intervención para mejorar la y salud y el bienestar.



OBJETIVO DE LA VALORACION NUTRICIONAL

- Evaluar el estado nutricional actual
- Identificar necesidades y deficiencias nutricionales
- Establecer objetivos y metas nutricionales
- Desarrollar un plan de intervención nutricional

METODOS DE VALORACION NUTRICIONAL

- Historia clínica y dietética
- Examen físico
- Análisis de laboratorio (sangre y orina)
- Escalas de valoración nutricional
- Evaluación de la ingesta alimentaria



CLASIFICACION DEL ESTADO NUTRICIONAL

- Normal
- Desnutrido
- Sobre peso
- Obesidad
- Mal nutrido

INDICADORES DE VALORACION NUTRICIONAL

- Índice de masa corporal
- Porcentaje de grasa corporal
- Circunferencia de cintura
- Niveles de colesterol y triglicéridos
- Niveles de glucosa en la sangre
- Presión arterial



IMPORTANCIA DE LA VALORACION NUTRICIONAL

Ayuda en la prevención de enfermedades crónicas, mejora la salud y bienestar de la persona. detección temprana de problemas nutricionales.

¡HISTORIA CLINICA Y EXPLORACION FISICA!



EXPLORACIÓN FISICA

La exploración física o examen clínico es el conjunto de maniobras que realiza un médico para obtener información sobre el estado de salud de una persona.



¿CÓMO SE REALIZA?

La exploración clínica la realiza el médico al paciente, después de una correcta anamnesis en la entrevista clínica, para obtener una serie de datos objetivos o signos clínicos que estén relacionados con los síntomas que refiere el paciente.



REGISTRO

La información conseguida mediante la anamnesis y la exploración física se registra en la historia clínica, y es la base de un juicio clínico inicial a partir del cual se solicitan o no determinadas exploraciones complementarias, que confirmen el diagnóstico médico de un síndrome o enfermedad



DATOS DE FILIACION

Fecha de nacimiento o edad
 Número de documento de identidad Según requerimientos particulares o institucionales puede incluir información adicional como domicilio, teléfono, número de historia clínica, nombre de su sistema de cobertura médica y su número de identificación



TECNICAS DE EXPLORACION FISICA

1. Inspeccion
2. Palpacion
3. Percucion
4. Auscultacion

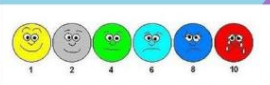
HERRAMIENTAS PARA LA EXPLORACION E HISTORIA CLINICA

- Cuestionarios estructurados
- Formularios de registro
- Escala de valoración
- Equipos de medicion
- Registro medico



IMPORTANCIA

La historia clínica y exploración física establecen un diagnóstico preciso y así poder desarrollar un plan de tratamiento efectivo. Es importante que los profesionales de salud realicen evaluaciones de manera integral y personalizada



Fuente de consulta:

UDS.2024. Antología de epidemiología. PDF.

[4585bc816b8147cf89b5dc62843c4628-LC-LEN404 EPIDEMIOLOGIA.pdf](#)