



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Esmeralda yeraldi López
morales

Nombre del tema :Super nota

Parcial: Tercer parcial

Nombre de la Materia: Epidemiologia

Nombre del profesor: Felipe Antonio morales
Hernández

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en
enfermería

Cuatrimestre: Cuarto cuatrimestre

Medidas de evaluación alimentaria y nutrición en estudios epidemiológicos

El concepto de evaluación del estado nutricional tiene un carácter y unas aplicaciones amplísimos. Es fundamental conocer el estado nutricional del mayor porcentaje posible de su población, para posteriormente, poder hacer las intervenciones pertinentes en materia de salud pública.

Definición

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.



Quiénes son los que se realiza la evaluación nutricional

Se realiza como son las mujeres embarazadas, los niños y las personas mayores. La necesidad de conocer el estado nutricional en el ámbito hospitalario, en el caso de enfermedades concretas, para poder obtener un pronóstico y poder intervenir en su curso evitando complicaciones.

Datos para la valoración nutricional

- Determinación de la ingestión de nutrientes.
- Determinación de la estructura y composición corporal.
- Evaluación bioquímica del estado nutricional.
- Evaluación clínica del estado nutricional.
- Es relativamente sencillo detectar déficit nutricionales graves como el escorbuto, la pelagra o la anemia ferropénica
- Determinación de la ingestión de nutrientes



HOJA DE BALANCE DE ALIMENTOS COLOMBIANA

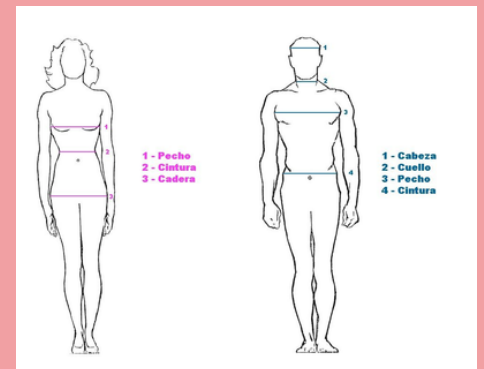
Cuatrenio 2009 -2012

Los 3 ámbitos de encuesta:

- A escala nacional (hojas de balance alimentario que permiten conocer la disponibilidad de alimentos de un país).
- A escala familiar (encuestas de presupuesto familiar, inventarios dietéticos familiares).
- A escala individual, que es lo que genéricamente se conoce como encuestas nutricionales.

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. Las medidas antropométricas son técnicas no invasivas, rápidas, sencillas y económicas.



Talla y peso

Los parámetros más habituales y que siempre se miden son la talla (T) y el peso (P). Las más utilizadas son las de la Metropolitan Life Insurance (1983) en las que se expresa el peso que previsiblemente favorecerá una mayor longevidad del individuo en función de su talla, sexo y complexión. Comparando estas medidas con sus tablas respectivas podremos saber si nuestra complexión es pequeña, mediana o grande.

PROMEDIO DE PESO IDEAL

ALTURA	PESO (KG)
1,45 m	37,8 a 52,5 kg
1,47 m	38,8 a 54,0 kg
1,49 m	39,9 a 55,5 kg
1,51 m	41,0 a 57,0 kg
1,53 m	42,1 a 58,5 kg
1,55 m	43,3 a 60,0 kg
1,57 m	44,4 a 61,6 kg
1,59 m	45,5 a 63,2 kg
1,61 m	46,7 a 64,8 kg
1,63 m	47,8 a 66,4 kg
1,65 m	49,0 a 68,0 kg
1,67 m	50,2 a 69,7 kg
1,69 m	51,4 a 71,4 kg
1,71 m	52,6 a 73,1 kg
1,73 m	53,9 a 74,8 kg
1,75 m	55,1 a 76,5 kg
1,77 m	57,7 a 80,1 kg
1,79 m	59,0 a 81,7 kg
1,81 m	60,3 a 83,3 kg
1,83 m	61,6 a 85,0 kg
1,85 m	63,0 a 86,7 kg
1,87 m	64,3 a 88,3 kg
1,91 m	65,7 a 91,2 kg

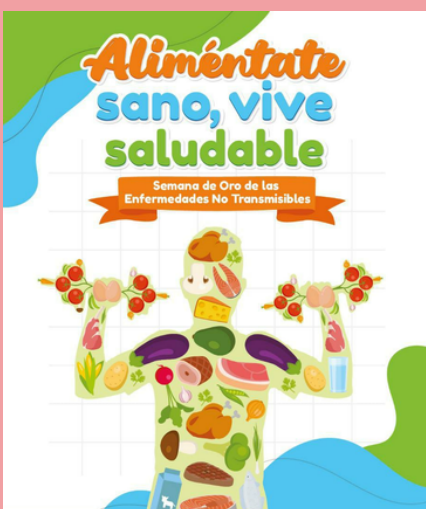


Valoración nutricional

La valoración nutricional es un proceso que evalúa el estado de salud de una persona o grupo de personas en relación con su nutrición.

Definición

Las guías alimentarias trasladarían estas recomendaciones en términos de alimentos como patrón dietético que permite conseguir el perfil nutricional de referencia.



¿Para que sirven?

Sirven para el apoyo para prevenir el desarrollo precoz de enfermedades crónicas y degenerativas e incluso mejorar la cantidad y calidad de vida y también estas guías constituyen una herramienta de gran utilidad para educar y orientar a la población hacia una alimentación más saludable.

Para que fue diseñada

Se diseñan considerando los hábitos alimentarios predominantes, la disponibilidad alimentaria y el nivel de acceso a los alimentos en cada país



Como nos ayuda

Estas recomendaciones deben ser de carácter nacional o regional, considerar la situación de salud y nutrición de la población del país, y tener como finalidad tanto la prevención de las enfermedades nutricionales y como la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con la dieta inadecuada y el sedentarismo.



Objetivo

Así se reconocía en el documento sobre la formulación de guías basadas en alimentos de la FAO/OMS (1996), que destacaba además, que las guías alimentarias deben reflejar patrones alimentarios más que objetivos numéricos y deben ser positivas, estimulando la aceptación placentera de ingestas dietéticas adecuadas.



Historia clínica y exploración física: utilidad e inconvenientes en su aplicación.

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.

Definición

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.



Historia clínica

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.



Exploración física

La exploración física establece un contacto físico estrecho entre el médico y el paciente, consiguiendo así confianza en la relación médico-paciente.



Importancia

Es necesario identificar correctamente al paciente para evitar errores a la hora de asignar datos, pedir pruebas o indicar planes terapéuticos

Datos de filiación

- Nombre y apellidos
- Fecha de nacimiento o edad
- Número de documento de identidad
- Domicilio, teléfono, número de historia clínica, nombre de su sistema de cobertura médica y su número de identificación en la misma

