



# UDS

## Mi Universidad

*Victoria Montserrat Díaz Pérez.*

*ABCD de la nutrición.*

*Segundo parcial.*

*Nutrición.*

*Lic. Andrea Marisol Solís Meza.*

*Licenciatura en Medicina Humana.*

*Semestre 3° A.*

*Comitán de Domínguez Chiapas a 09 de abril de 2025.*

# ABCD DE LA NUTRICIÓN.

El "ABCD de la Evaluación del Estado Nutricional" es un enfoque integral utilizado por profesionales de la nutrición para valorar el estado nutricional de una persona. Este método se basa en cuatro indicadores clave.

- Antropométricos.
- Bioquímicos.
- Clínicos.
- Dietéticos.



**Antropométricos:** Miden las dimensiones físicas y la composición corporal del individuo

**Bioquímicos:** Incluyen análisis de laboratorio que evalúan niveles de nutrientes.

**Clínicos:** Consisten en una evaluación física para identificar signos y síntomas de malnutrición o enfermedades relacionadas con la nutrición.

**Dietéticos:** Analizan los hábitos alimentarios del individuo, incluyendo frecuencia y calidad de las comidas, preferencias y posibles restricciones dietéticas.

## A – Antropométricos.

Los datos antropométricos son los primeros en recolectarse porque son fáciles de obtener, económicos y no invasivos. Estos datos incluyen:

Peso y talla.

Circunferencia de cintura y cadera, Pliegues cutáneos.

Perímetro braquial.

Se comparan con tablas de referencia o percentiles según edad y sexo para determinar el grado de nutrición o malnutrición.



## B – Bioquímicos.

Este componente analiza muestras biológicas (como sangre, orina o heces) para medir indicadores clave: Hemoglobina y hematocrito.

Glucosa, colesterol y triglicéridos.

Vitaminas y minerales.

Marcadores proteicos.

Estos datos aportan información objetiva que puede confirmar o descartar sospechas clínicas y dietéticas.



**C – Clínicos .** Consiste en una **exploración física** y evaluación de signos visibles y síntomas subjetivos que pueden estar relacionados con deficiencias nutricionales.

Signos visibles.

Síntomas.

También se investiga el **historial médico** ya que muchas condiciones afectan la absorción o requerimiento de nutrientes.



**D – Dietéticos.** Este análisis busca conocer los **hábitos y patrones alimentarios** de la persona para detectar deficiencias o excesos en la ingesta de nutrientes:

Recuerdo de 24 h.

Frecuencia de consumo de alimentos.

Cuestionarios cualitativos.

Restricciones dietéticas.

Estos datos se comparan con las recomendaciones nutricionales según edad, género, actividad física y condiciones clínicas.

## **BIBLIOGRAFÍA**

El abcd de la evaluación del estado nutricional (1a ed 2010). (2016, agosto 24). Issuu.  
[https://issuu.com/jcmamanisalinass/docs/el\\_abcd\\_de\\_la\\_evaluacion\\_del\\_estado\\_nutricional](https://issuu.com/jcmamanisalinass/docs/el_abcd_de_la_evaluacion_del_estado_nutricional)