



SUPER NOTA

A B C D

Alejandro García García
Super Nota
Segundo Parcial
Nutrición
Lic. Solis Meza Andrea Marisol
Lic. Medicina Humana
Tercer Semestre

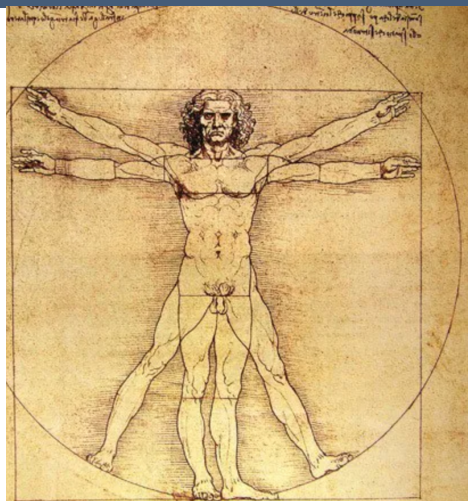
A B C D

Introducción

El ABCD de la nutrición es una forma práctica de recordar los cuatro métodos principales para evaluar el estado nutricional de cada persona y corresponde por cada letra representa un tipo de evaluación que a continuación presentaremos, estos componentes permiten tener una visión completa del estado nutricional y ayudar a diseñar planes de alimentación adecuados

ANTROPOMETRIA

La antropometría es el tratado de las proporciones y medidas del cuerpo humano. Una disciplina que estudia las medidas y dimensiones de las diferentes partes del cuerpo humano, ya que estas varían de un individuo para otro según su edad, sexo, raza, nivel socioeconómico, etcétera



la antropometría se clasifica en dos tipos:

Estructural: La estructural se encarga de las medidas de cabeza, troncos, y extremidades en posiciones estándar.

Funcional: toma medidas mientras el tiempo está en movimiento, ambas funciones se completan ofreciendo medidas del propio individuo y el entorno que el mismo necesita

Indicadores Bioquímicos

Los indicadores bioquímicos son parámetros utilizados en la valoración del estado nutricional y general de salud, que se basan en la medición de sustancias químicas en el cuerpo, como proteínas, lípidos, glucosa, electrolitos y enzimas. Estos indicadores pueden revelar deficiencias nutricionales o problemas de salud antes de que se manifiesten como síntomas clínicos o cambios antropométricos



Indicadores Clínicos

Se debe realizar una evaluación de la apariencia o aspecto general del paciente, sus actitudes, y observar tejidos superficiales (piel, cabello, etc) con el objeto de relacionar estos últimos con algún tipo de problema nutricional específico. Como parte de la identificación de los signos, se deberá medir la presión arterial del paciente.

Indicadores Dietéticos

Esta sección tiene como finalidad obtener información acerca del consumo de alimentos, los hábitos alimentarios, las condiciones de vida y otros factores psicosociales que pudieran afectar la selección, la preparación y el consumo de alimentos del paciente. Resulta importante considerar, que la evaluación dietética representa un indicador con un rango de error alto.



Referencia bibliografica

- Valencia Erazo, L., & Galarza Muriel, M. (2013). Evaluación nutricional, diagnóstico y planificación de una dieta para jugadores titulares de la disciplina de futbol-segunda categoría (liga deportiva universitaria de Guayaquil).
- Fernández, A. S. (2010). Introducción a la evaluación del estado de nutrición. El ABCD de la evaluación del estado de nutrición. México, DF: McGrawHill, 7-8.
- Mataix Verdú, J. (2009). Tratado de nutrición y alimentación. Ergón, Majadahonda (Madrid).