

MÓDULO 4: EVALUACION DEL ESTADO NUTRICIONAL



- 1. EVALUACION DEL ESTADO NUTRICIONAL**
- 2. CALCULO DE LA INGESTA Y REQUERIMIENTOS NUTRICIONALES**

1. EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

EVALUACIÓN

Para diagnosticar si el peso de un paciente es adecuado se usa:

- **IMC:** El más extendido en su uso.
- **Tablas de peso y talla para adultos.** Y tablas y gráficas de percentiles en niños y adolescentes.
- **Medidas de pliegues cutáneos:** Casi es desuso.
- **Impedanciometría.**

$$\text{IMC} = \text{Peso (Kg)} / \text{Altura}^2 \text{ (m)}$$

Criterios SEEDO para definir la obesidad en grados según el IMC en adultos

Categoría	Valores límite del IMC (kg/m ²)
Peso insuficiente	< 18,5
Normopeso	18,5-24,9
Sobrepeso grado I	25,0-26,9
Sobrepeso grado II (preobesidad)	27,0-29,9
Obesidad de tipo I (leve)	30,0-34,9
Obesidad de tipo II (moderada)	35,0-39,9
Obesidad de tipo III (mórbida)	40,0-49,9
Obesidad de tipo IV (extrema)	≥ 50,0

1. EVALUACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL

MEDIDAS DE LOS PLIEGUES CUTÁNEOS

Conlleva el **uso de un lipocidómetro, lipocalibrador o caliper** que requiere una **adecuación práctica y entrenamiento en su manejo** ya que la variación de las medidas puede ser importante sino se realiza con rigor.



BIOIMPEDANCIA

Mediante un **programa informático puede dividir el peso del individuo en proporción de agua, grasa y tejido muscular** y a **partir de estos datos y su interpretación se hace el diagnóstico.**

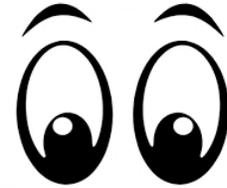
2. CALCULO DE LOS REQUERIMIENTOS

CÁLCULO DE LA INGESTA ADECUADA DE UN PACIENTE

Para la **valoración del estado nutricional de un paciente se sigue el siguiente esquema:**

1. ANAMNESIS

- Historia clínica completa
- Antecedentes familiares y personales de interés



2. EXPLORACIÓN FÍSICA Y ESTUDIOS COMPLEMENTARIOS

3. EVALUACIÓN DE LA ADIPOSIDAD GLOBAL Y REGIONAL

- Peso, talla, IMC, perímetro cintura..



3. DETERMINACIÓN DE LA PRESIÓN ARTERIAL

4. OTRAS EXPLORACIONES COMPLEMENTARIAS (analítica general...)



2. CALCULO DE LOS REQUERIMIENTOS

ESTIMACIÓN DE LA INGESTA DIETÉTICA

- DIARIO Y REGISTRO DIETÉTICO
- RECORDATORIO 24H
- CUESTIONARIO DE FRECUENCIA DE CONSUMO
- HISTORIA DIETÉTICA

