

# GOBIERNO FEDERAL



**SALUD**

## Guía de referencia Rápida

**SEDENA**

**SEMAR**

### Evaluación nutricional en el adulto de 20 a 59 años

# GPC

Guía de práctica clínica

Catálogo maestro: SSA-134-2008

CONSEJO DE  
SALUBRIDAD GENERAL



**DIF**  
SISTEMA NACIONAL  
PARA EL DESARROLLO  
INTEGRAL DE LA FAMILIA



Vivir Mejor

## CIE -10: Z00 Z99 Factores que influyen en el estado de salud y contacto con los servicios de salud.

### Z13.2 Examen de pesquisa especial para trastornos de la nutrición. GPC Evaluación nutricional en el adulto de 20 a 59 años.

#### Definición.

La evaluación nutricional es la medición y valoración de variables nutricionales, para evaluar el nivel de nutrición o estado nutricional del individuo. Consta de un enfoque global que incluye la historia clínica, el examen físico, las medidas antropométricas y los datos de laboratorio

Para la evaluación nutricional se utilizan dos tipos de valoraciones: objetiva y subjetiva.

La valoración objetiva abarca indicadores antropométricos y bioquímicos; mientras la valoración subjetiva se divide en historia clínica, exploración física (clínicos) y resultado de las encuestas de evaluación subjetiva.

Los objetivos de la evaluación nutricional son identificar aquellos pacientes que están malnutridos o que están en riesgo de malnutrición, para recopilar información necesaria y crear así un plan nutricional y vigilar la adecuación de la terapia nutricional.

#### Evaluación clínica.

Debe realizarse en forma completa y se debe incluir:

- Historia clínica y examen físico general, para excluir causas secundarias de trastornos nutricionales.
- Evaluación orientada a descartar hiperlipidemias, hipertensión arterial sistémica, enfermedad vascular periférica, insuficiencia cardiaca congestiva, anemia, enfermedad tiroidea y enfermedad renal.
- Búsqueda de posibles signos clínicos de trastornos nutricionales

#### Evaluación antropométrica.

Las mediciones de peso, talla e índice de masa corporal deben de registrarse cuando menos una vez al año.

El índice de masa corporal debe ser utilizado para clasificar sobrepeso y obesidad, y estadios de peso bajo.

#### Cálculo del índice de masa corporal:

La circunferencia de cintura es una medida válida de distribución de grasa abdominal y de riesgo de enfermedad en los individuos y se relaciona con el IMC.

#### Evaluación bioquímica.

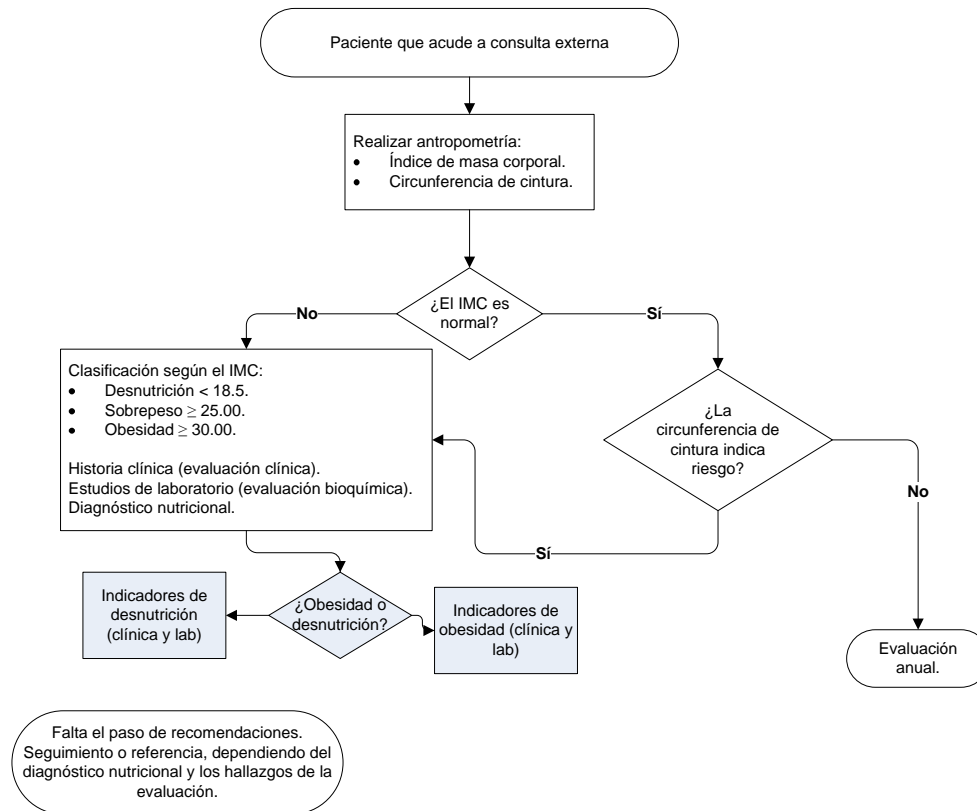
Los estudios de laboratorio iniciales deben incluir:

- Perfil lipídico en ayunas (colesterol total, colesterol-HDL, colesterol-LDL, triglicéridos).
- Medición de hemoglobina.
- Pruebas de detección de diabetes mellitus.
- Pruebas de función tiroidea.
- Pruebas de función renal.

Otras pruebas se deberán realizar con base en la historia clínica.

Deben consultarse también las guías de práctica clínica siguientes: IMSS-095-08 Evaluación y control nutricional del adulto mayor en el primer nivel de atención; ISSSTE-375-10 Valoración y soporte nutricional especializado en pacientes críticos en segundo y tercer nivel de atención.

## Evaluación nutricional del adulto de 20 a 59 años de edad.



## Riesgo de enfermedades asociadas con sobrepeso y obesidad por IMC y circunferencia abdominal

Riesgo de enfermedades asociadas con sobrepeso y obesidad, determinado por el índice de masa corporal y la circunferencia abdominal.			
Índice de masa corporal (IMC)		Circunferencia abdominal	
Categoría de peso	IMC=(peso/talla <sup>2</sup> )	Hombres	Mujeres
		≤ 102 cm	≤ 89 cm
Bajo peso	≤ 18.9	Bajo	----
Peso normal	19 y 24.9	-----	-----
Sobre peso	25 y 29.9	Incrementado	Alto
Obesidad I	30 y 34.9	Alto	Muy alto
Obesidad	35 y 39.9	Muy alto	Muy alto
Obesidad Severa	≥ 40	Extremadamente alto	Extremadamente alto

Adapted with permission from National Institutes of Health, National Heart, Lung, and Blood Institute. Clinical guidelines on the identification, evaluation, and treatment of overweight and obesity in adults—the evidence report. *Obes Res* 1998; 6(suppl 2):51S-209S [Published erratum appears in *Obes Res* 1998;6:464], and World Health Organization. Obesity: preventing and managing the global epidemic. WHO/NUT/98.1. Geneva, Switzerland: World Health Organization; 1998

**Principales signos y síntomas de desnutrición en adultos.**

<b>Nutrimento</b>	<b>Deficiencia</b>	<b>Signo o síntoma</b>
Hidratos de carbono-proteínas.	Desnutrición energético-proteica.	Emaciación y debilidad (siempre). Edemas y problemas mentales (algunas veces).
Hierro.	Anemia	Fatiga. Falta de aliento. Palidez en piel, mucosas y párpados.
Vitamina A.	Xeroftalmia	Cambios oculares. Ceguera nocturna. Manchas Bitot.
Vitamina C.	Escorbuto.	Inflamación y sangrado de encías. Articulaciones dolorosas (rodillas, caderas, codos). Sangrados en tejidos. Hematomas cutáneos. Anemia.
Vitamina B1.	Beriberi.	Agudo: aumento tamaño del corazón, edema, disnea. Crónico: debilidad, pérdida de peso, perturbación de la sensación.
Niacina.	Pelagra.	Diarrea, dermatitis, demencia (muerte). Dolor en boca. Lengua roja brillante. Piel rojiza, hinchazón y dolor.

World Health Organization WHO. The management of nutrition in major emergencies. Geneva 2000.