Alcaldía Municipal
de Sesquilé

MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS

July Martínez

Nutricionista

Antropometría

Rama de la ciencia que se ocupa de las mediciones comparativas del cuerpo humano, sus diferentes partes y sus proporciones.

Grupo de edad	Peso	Talla	Perímetro cefálico y de cintura
Niños y niñas hasta dos años	-**Pesa bebe** (capacidad 20 a 25 kg, precisión 10 a 20 g) -Balanza de pie, si no se dispone de pesa bebes (para pesar a la madre y al niño de forma simultanea)	**Infantómetro** (precisión 1 mm, capacidad 110 a 120 cm)	Cinta métrica
Mayores de 2 años, adolescentes y adultos	**Balanza de pie** (capacidad 120 a 150 kg, precisión de 50 a 100 g) Mecanismo: Digital o mecánica con único uso para peso no para medir talla (sin metro).	**Tallimetro** (capacidad 2 metros)	Cinta métrica

Clasificación antropométrica del estado nutricional para niñas y niños menores de 5 años, según indicador y puntos de corte

Indicador	Punto de corte (desviaciones estándar DE.)	Clasificación antropométrica	Tipo de Uso
Peso para la Talla (P/T)	> +3	Obesidad	Individual y Poblacional
	> +2 a ≤ +3	Sobrepeso	
	> +1 a ≤ +2	Riesgo de Sobrepeso	
	≥ -1 a ≤ +1	Peso Adecuado para la Talla	
	≥ -2 a < -1	Riesgo de Desnutrición Aguda	
	< -2 a ≥ -3	Desnutrición Aguda Moderada*	
	< -3	Desnutrición Aguda Severa*	
Talla para la Edad (T/E)	≥ -1	Talla Adecuada para la Edad.	
	≥ -2 a < -1	Riesgo de Talla Baja	
	< -2	Talla Baja para la Edad o Retraso en Talla	
Perímetro Cefálico para la Edad (PC/E)	> +2	Factor de Riesgo para el Neurodesarrollo	
	≥ -2 a ≤ 2	Normal	
	< -2	Factor de Riesgo para el Neurodesarrollo	

Alcaldía Municipal de Sesquilé

Sesquilé

Clasificación antropométrica del estado nutricional para niñas, niños y adolescentes de 5 a 17 años, según el indicador y punto de corte.

Indicador	Punto de corte (desviaciones estándar DE.)	Clasificación Antropométrica	Tipo de Uso
Talla para la Edad (T/E)	≥ -1	Talla Adecuada para la Edad.	Individual y Poblacional
	≥ -2 a < -1	Riesgo de Retraso en Talla.	
	< -2	Talla Baja para la Edad o Retraso en Talla.	
IMC para la Edad (IMC/E)*	> +2	Obesidad	
	> +1 a ≤ +2	Sobrepeso	
	≥ -1 a ≤ +1	IMC Adecuado para la Edad	
	≥-2 a < -1	Riesgo de Delgadez	
	< -2	Delgadez	

Alcaldía Municipal de Sesquilé

Indicadores antropométricos a utilizar en la clasificación antropométrica del estado nutricional en adultos de 18 a 64 años.

INDICADOR
Índice de masa corporal IMC (Kg/m^2)
Circunferencia de la cintura (cm)

CLASIFICACIÓN IMC Kg/m^2	
Delgadez	< 18,5
Normal	≥18,5 a <25
Sobrepeso	≥25 a < 30
Obesidad	≥30

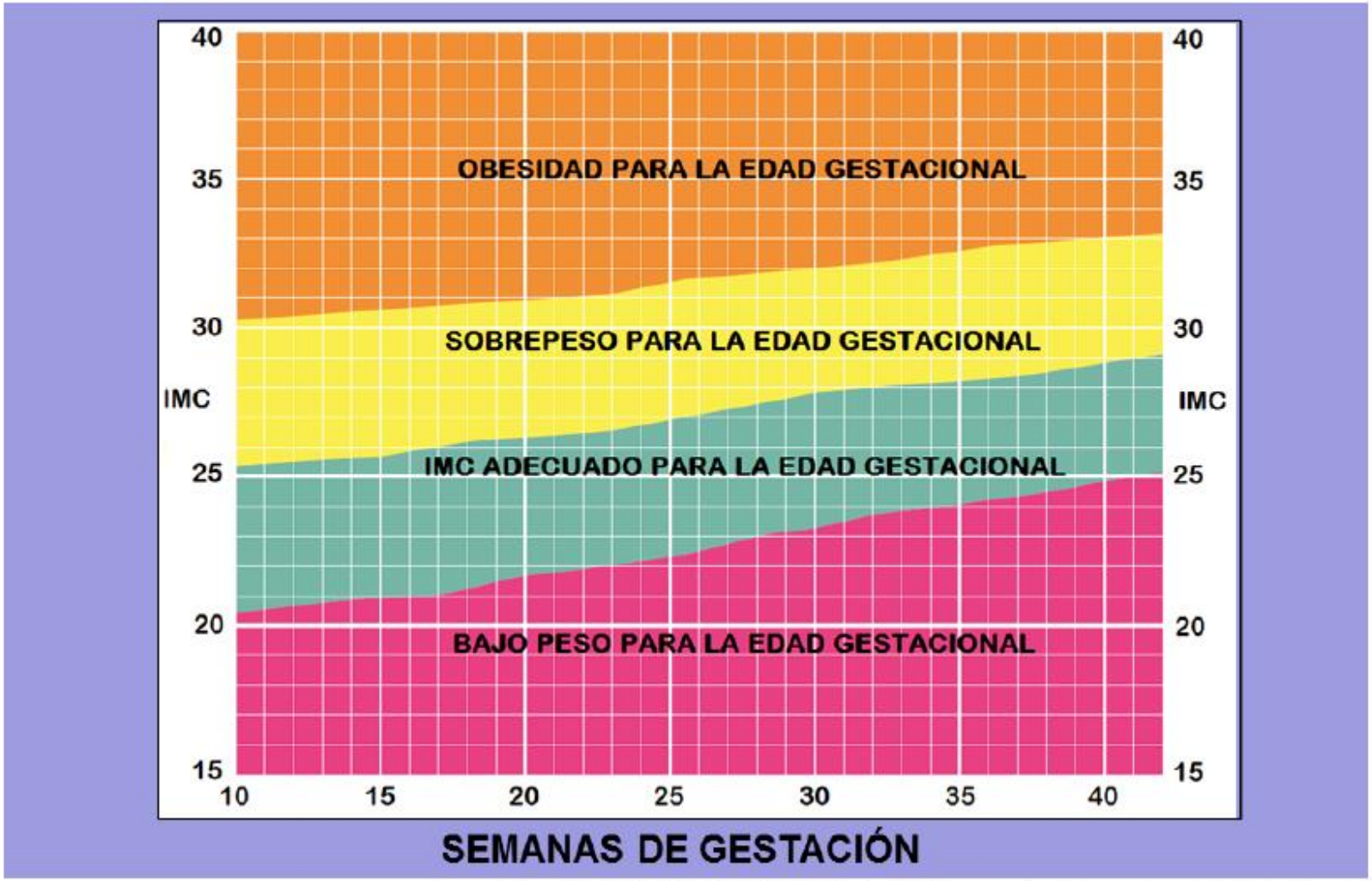
Obesidad	≥ 30
Obesidad grado I	30 a 34,9
Obesidad grado II	35,0 a 39,9
Obesidad grado III	≥ 40,0

SEXO	CIRCUNFERENCIA DE LA CINTURA (cm) (COMO MEDIDA DE LA OBESIDAD CENTRAL)
Hombres	≥ 90
Mujeres	≥ 80

Indicador
IMC para la Edad Gestacional – IMC/EG

Clasificación IMC/EG
Obesidad para la Edad Gestacional
Sobrepeso para la Edad Gestacional
IMC Adecuado para la Edad Gestacional
Bajo Peso para la Edad Gestacional

IMC PARA LA EDAD GESTACIONAL



Fuente: Atalah E, Castillo C, Castro R. Propuesta de un nuevo estándar de evaluación Nutricional de Embarazada Rev Med Chile 1997;125:1429-36.

Alcaldía Municipal
de Sesquilé

Técnica para la toma de mediciones antropométricas

Peso de niños y niñas menores de 2 años



Alcaldía Municipal de Sesquilé

- Asegurarse que el pesa bebe se encuentre en una superficie lisa, horizontal y plana.
- Verificar que el equipo este calibrado en 0.
- Con la ayuda del acompañante desvestir el niño o niña, si esto no fuera posible por motivos de fuerza mayor (falta de privacidad o frío), se debe pesar al niño con ropa ligera.
- Colocar al niño o niña en el centro del pesa bebes, no debe apoyarse y ninguna parte de su cuerpo debe quedar afuera.
- Revisar la medida anotada y repetir el procedimiento para validarla. Compararla con la primera medida, si varía en más de dos veces el valor de la sensibilidad de la báscula, pese por tercera vez. Promedie los dos valores más cercanos; ejemplo, si la sensibilidad de la balanza son 100 gramos y en la segunda medición se obtiene una variación mayor a 100 gramos, se debe hacer una tercera medición y promediar los dos valores más cercanos.
- En caso de no tener pesa bebe, se debe utilizar la balanza de pie y solicitar a la madre o cuidador que cargue al niño con el fin de establecer el peso por diferencia, se debe pesar al niño con la menor cantidad de ropa posible pegado al cuerpo de la madre y lo más quieto posible.

Peso en mayores de 2 años

Alcaldía Municipal de Sesquilé

Solicitar al usuario que se ponga de pie sobre la superficie de la báscula con la mínima cantidad de ropa posible y que esté en posición recta y erguida.

Se debe repetir el procedimiento para validar la información, compararla con la primera medida, si varía en más de lo permitido según la sensibilidad de la báscula, pese por tercera vez, promedie los valores.

Talla de niños y niñas menores de 2 años



Alcaldía Municipal de Sesquilé

Para menores de dos años, la medición debe hacerse con el niño acostado (posición horizontal) y la medida se denomina LONGITUD. Se debe pedir la colaboración del acompañante.

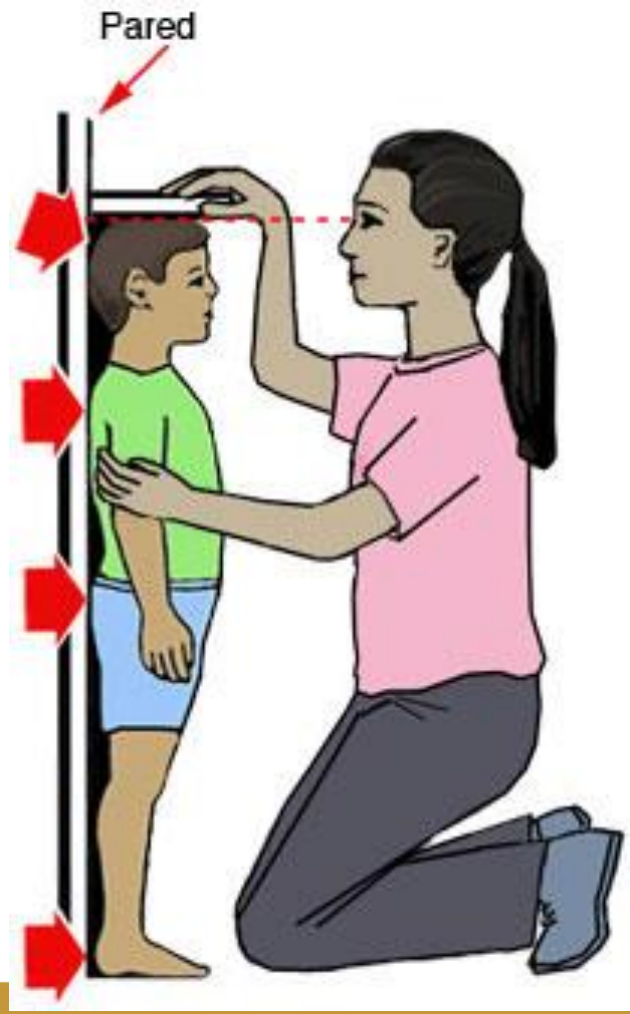
- Colocar el infantómetro en la posición correcta, horizontal, en una superficie plana y firme para evitar que el niño se caiga (por ejemplo, sobre el suelo, piso o mesa estable).
- Verificar que el niño(a), esté sin zapatos y que en la cabeza no tenga objetos que alteren la medida.
- Acostar el niño “boca arriba” sobre el cuerpo del infantómetro con la cabeza apoyada en la plataforma fija, solicitar a la madre que se coloque detrás de la plataforma fija del infantómetro y que tome la cabeza del niño con ambas manos, colocándolas a cada lado de la misma, de tal manera que los ojos miren hacia arriba.
- Tomar ambas rodillas del niño estirándolas con movimiento suave pero firme lo más rápido posible y correr firmemente la pieza móvil del infantómetro contra la planta de los pies. Estos deben quedar perfectamente rectos sobre la pieza móvil.
- Verificar que los hombros, espalda, glúteos y talones del niño estén en contacto con el infantómetro y en la parte central del cuerpo del instrumento.
- Leer rápidamente sin mover al niño, la cifra que marca la pieza móvil.

Talla en mayores de 2 años

Para mayores de dos años, la medición se debe realizar de pie (posición vertical) y

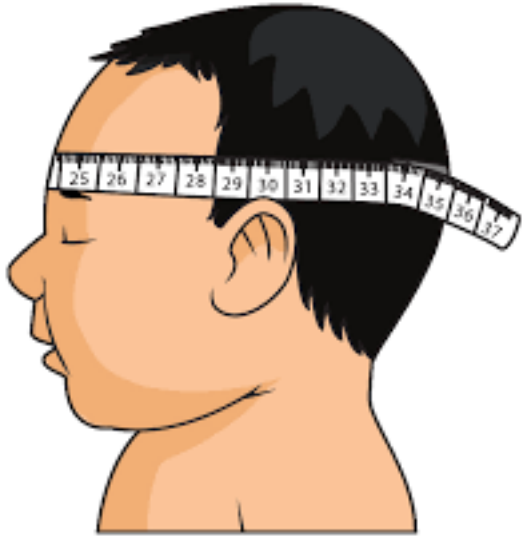
la medida se denomina TALLA O ESTATURA

- Poner el tallímetro sobre una superficie plana y contra una pared que no tenga guarda escobas. Es importante que en la base estén dibujadas las plantillas o huellas de los pies para indicar mejor la posición en donde debe quedar el usuario.
- Ubicar al usuario contra la parte posterior del tallímetro, con los pies sobre las plantillas, en posición erguida con los talones juntos y las rodillas rectas. Verificar que no existan adornos puestos en la cabeza ni zapatos.
- Verifique que la parte de atrás de los talones, las pantorrillas, los glúteos, el tronco, los hombros y espalda toquen la tabla vertical. Los talones no debe estar elevados y los brazos deben colgar a los lados del tronco con las palmas hacia los muslos.



Medición del perímetro cefálico

Para su medición se debe mantener al niño con la cabeza fija, deberá quitarse todos los adornos de la cabeza que interfieran con la medición. Se mide la distancia que va desde la parte por encima de las cejas y de las orejas y alrededor de la parte posterior de la cabeza. Para esto, se pasa la cinta alrededor de la cabeza del sujeto, colocándola con firmeza sobre las protuberancias frontales y sobre la prominencia del occipital.

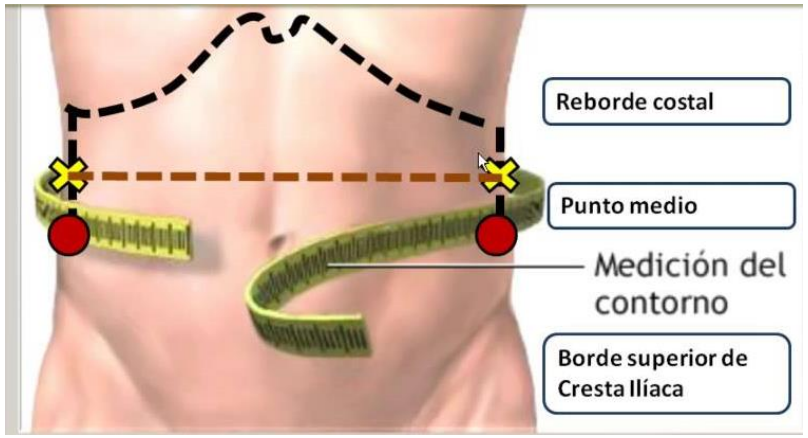


Circunferencia de la cintura

El usuario debe estar de frente al evaluador, parado recto con los brazos a los lados y con el dorso descubierto.

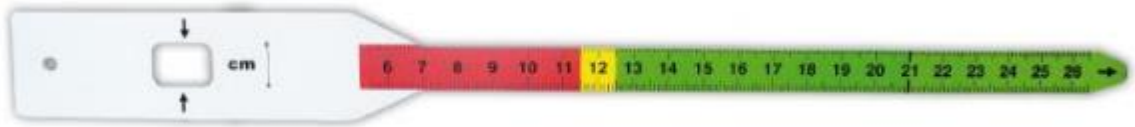
Se debe trazar una línea imaginaria que parta del orificio de la axila hasta la cresta iliaca y sobre esa línea se identifica el punto medio entre el último arco costal (costilla) y la parte superior de la cresta ilíaca (cadera), esta será la ubicación de la cintura.

La cinta se ubica sobre ese punto medio y paralela al piso. La medición se realiza al final de una espiración normal, verificando que la cinta no está ni muy apretada ni muy suelta y se lee el número que aparece en la intersección registrando el dato en centímetros.



El perímetro del brazo es una medida que sirve para determinar el estado nutricional de niñas y niños entre 6 y 59 meses.

Para realizar la medición, utilice la cinta métrica especialmente diseñada para el efecto



Perímetro del brazo

Es una medida complementaria a los indicadores antropométricos descritos, está indicada en todos los niños y niñas desde los 6 hasta los 59 meses de edad y esta asociada a riesgo de muerte por desnutrición. Si el niño o niña tiene menos de 11,5 centímetros en el perímetro del brazo, debe recibir las atenciones descritas en la ruta específica y el lineamiento de atención integrada a la desnutrición aguda (Resolución 5406 de 2015).



La medición del perímetro del brazo no reemplaza la toma de peso y talla, por lo cual se considera un criterio independiente y complementario a la clasificación antropométrica nutricional.

Interpretación

- Rojo: Desnutrición severa (menor de 11.5 cm)

- Riesgo: 11.6 a 12
- Verde: Riesgo (entre 12.5 y 13.4 cm)

- Verde: Normal (mayor de 13.5 cm)

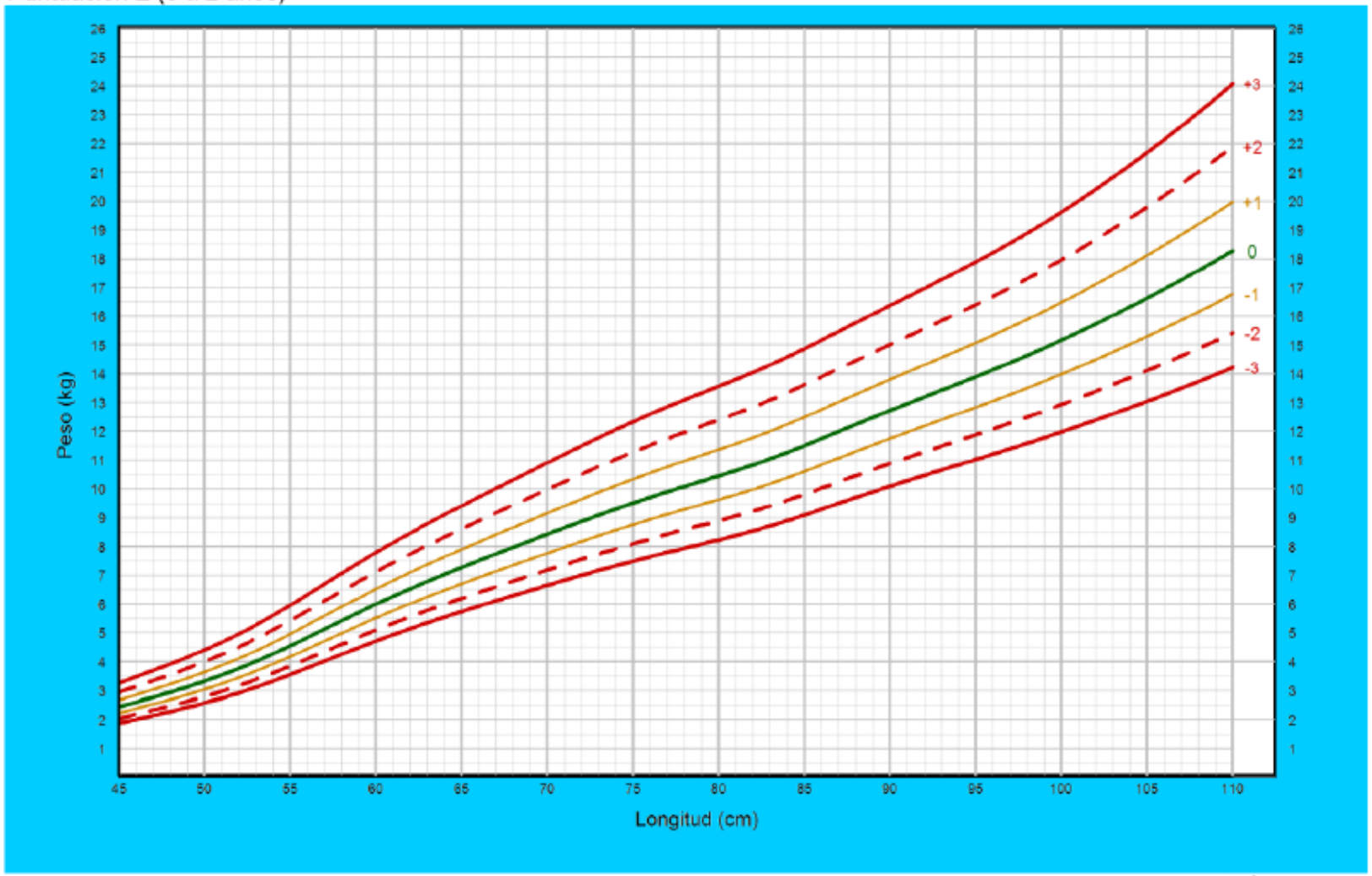
Alcaldía Municipal
de Sesquilé

GRAFICAS DE LOS PATRONES DE CRECIMIENTO OMS PARA NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES MENORES DE 18 AÑOS.



Peso para la Talla Niños

Puntuación Z (0 a 2 años)



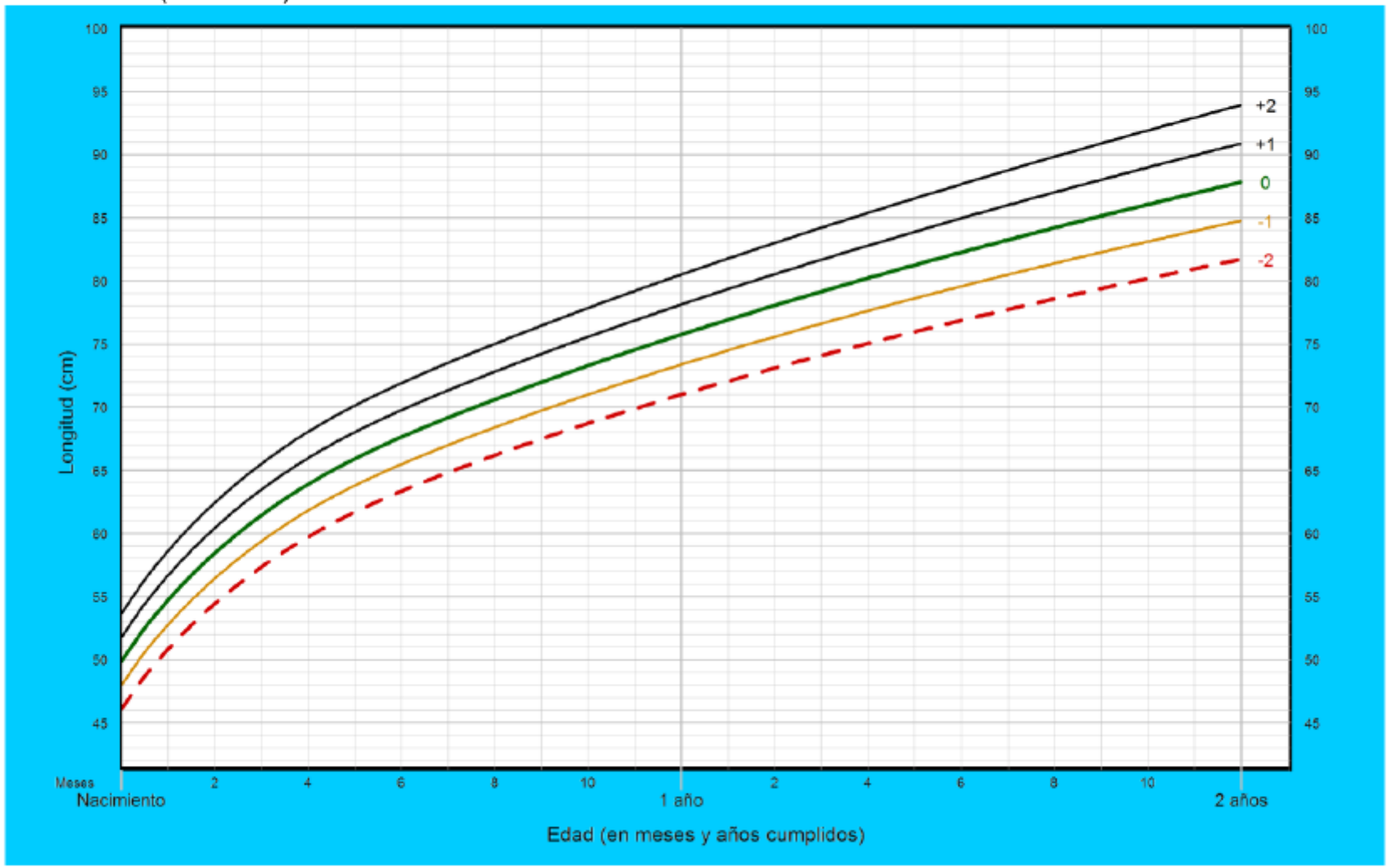
Patrones de crecimiento infantil de la OMS

Alcaldía Municipal de Sesquilé

2024 - 2027

Talla para la Edad Niños

Puntuación Z (0 a 2 años)

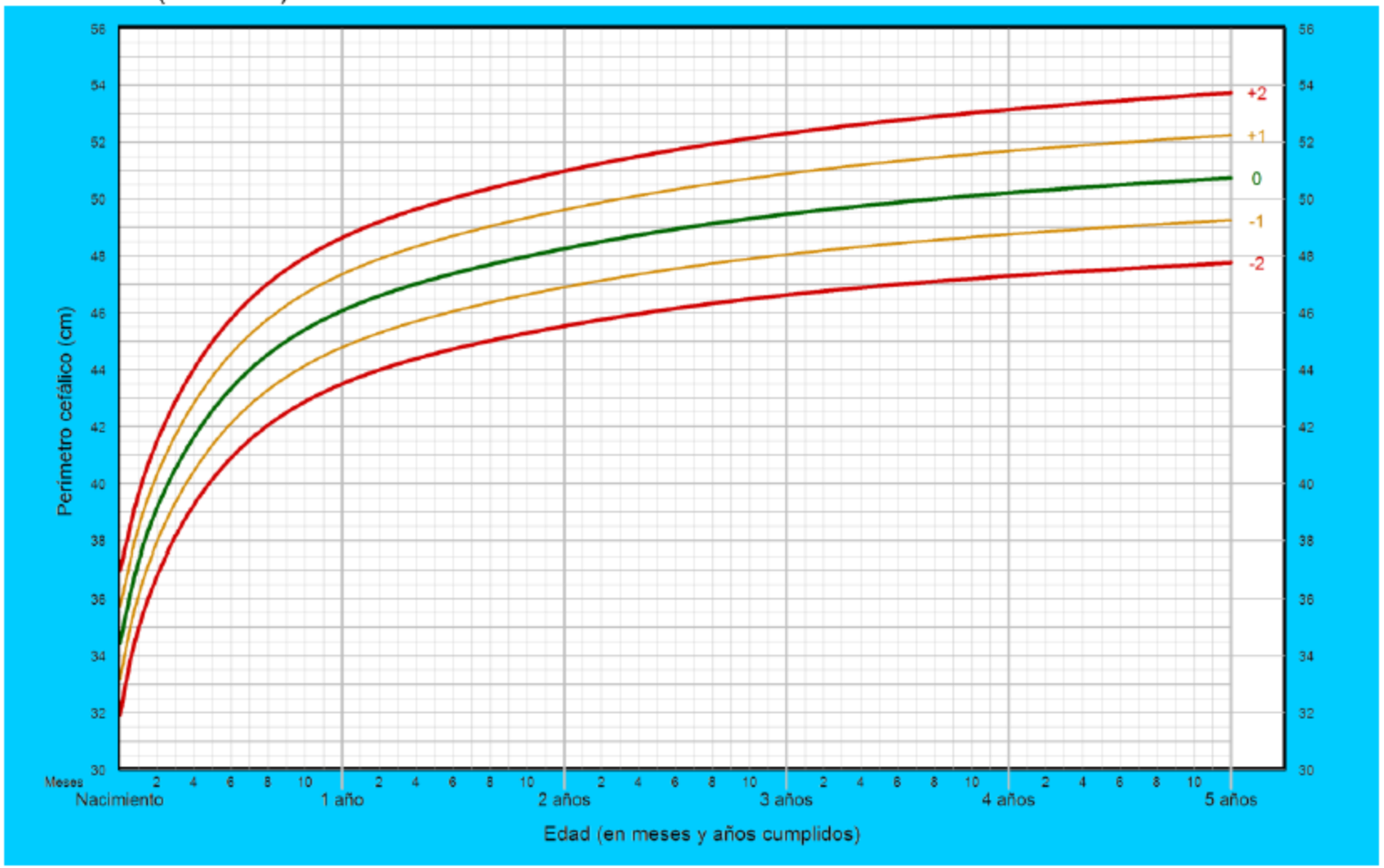


Patrones de crecimiento infantil de la OMS



Perímetro Cefálico Niños

Puntuación Z (0 a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

Organización Mundial de la Salud

Alcaldesa Sesquilé
2024 - 2027

Sesquilé

Alcaldía Municipal de Sesquilé

Alcaldía Municipal
de Sesquilé

DESNUTRICION AGUDA

Alcaldía Municipal de Sesquilé

Los niños y niñas con desnutrición aguda están en mayor riesgo de enfermar y morir.

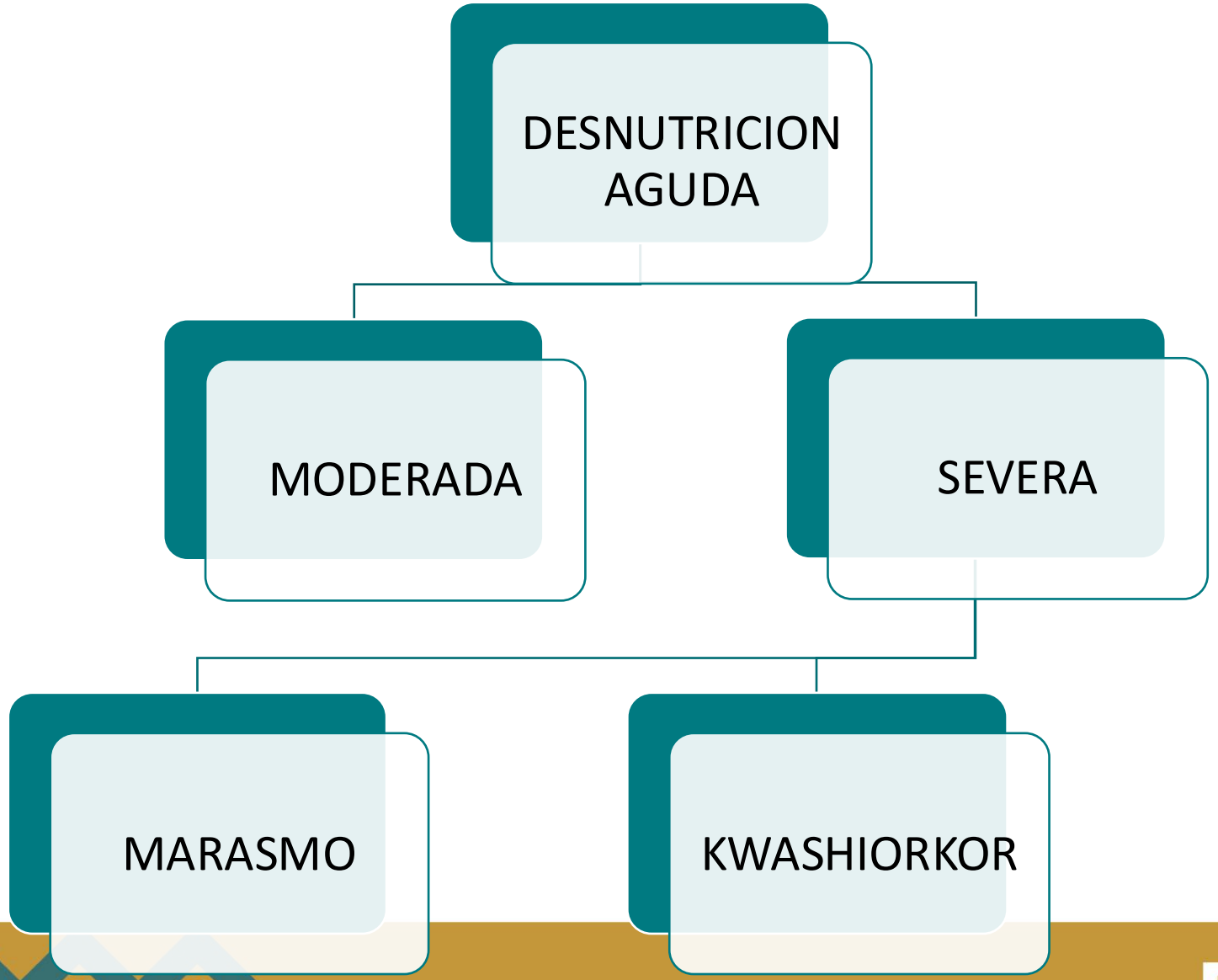
El tipo y la severidad de la desnutrición en niños y niñas menores de 5 años se clasifican a través de indicadores antropométricos y signos clínicos.

En Colombia los indicadores antropométricos Peso para la talla (P/T) y Talla para la edad (T/E).

Alcaldía Municipal de Sesquilé

Factores determinantes

- El bajo ingreso de los hogares.
- Bajo acceso a servicios básicos de salud, agua y saneamiento básico.
- Poblaciones afectadas por la pobreza
- Sectores rurales muy alejados
- Bajo nivel de escolaridad
- Adolescencia


DESNUTRICION AGUDA
MODERADA
SEVERA
MARASMO
KWASHIORKOR

MARASMO



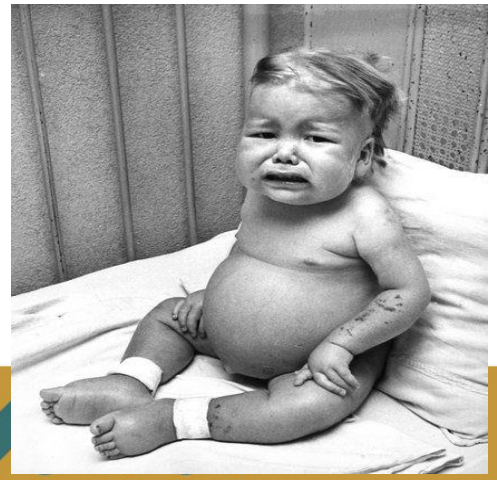
- Se caracteriza por atrofia de la masa grasa y muscular que el cuerpo ha utilizado como fuente de energía dejando "los huesos forrados en la piel".
- El marasmo estudiado en niños y niñas pequeños, se presenta por bajo aporte de calorías, proteínas y demás nutrientes resultante de lactancia materna insuficiente y cuadros agregados de diarrea y vómito.

KWASHIORKOR



se caracteriza por edema bilateral que inicia en pies y manos y puede estar acompañado de signos clínicos de deficiencias nutricionales específicas:

- Lesiones en la piel
- Cambios en el color del pelo
- Alopecia difusa



Se ha descrito en niños y niñas mayores quienes dejan la lactancia materna o ésta es mínima y es reemplazada por alimentos ricos en almidones y azúcares, bajos en proteínas e insuficientes para satisfacer las necesidades de crecimiento.

Tabla 2. Signos clínicos de la desnutrición aguda severa

Marasmo	Kwashiorkor
• Hipotrofia o atrofia muscular generalizada • Ausencia de panículo adiposo • "Le sobra piel" • Aspecto de viejito	• Edema. • Panículo adiposo presente. • Cara: facies lunar, despigmentación difusa, dermatitis seborréica nasolabial. • Ojos: palidez conjuntival, palpebritis angular. • Labios: estomatitis angular, cicatrices angulares, queilosis. • Lengua: lisa y/o edematizada. • Dientes: esmalte moteado, caries, desgaste y erosión del esmalte. • Piel: resequedad, zonas hiperpigmentadas que pueden simular pelagra, dermatosis pelagroide, dermatosis en forma de pintura cuarteada, dermatosis escrotal y vulvar, lesiones intertriginosas. • Hepatomegalia.
• Cabello despigmentado, fino, seco, opaco, escaso con zonas de alopecia y se desprende fácilmente. En ocasiones presenta franjas unas de color más oscuro y otras más pálido, reflejando periodos de mejor estado nutricional *versus* periodos de carencias nutricionales intensas. • Retraso en el desarrollo psicomotor. • Adinamia, apatía, irritabilidad, indiferencia por el medio. • Atrofia de la piel, cabello, pestañas, cejas y uñas estriadas y quebradizas. • Fontanela anterior persistente.	

Fuente: Elaboración propia MinSalud y Unicef, 2015. Basado en OMS, 1963; Mönckeberg, 1988 (38), (32).

Tabla 4. Puntos de corte para los indicadores antropométricos para niños y niñas de 0 a 59 meses de edad

Grupo de edad	Indicador	Punto de corte (desviación estándar)	Denominación
0 a 59 meses	Peso/Talla (P/T)	< -3	Desnutrición aguda severa
		≥-3 a < -2	Desnutrición aguda moderada
		≥-2 a < -1	Riesgo de desnutrición aguda
		≥-1 a ≤ 1	Peso adecuado para la talla
		> 1 a ≤ 2	Riesgo de Sobrepeso
		> 2 a ≤ 3	Sobrepeso
		> 3	Obesidad
0 a 59 meses	Talla/Edad (T/E)	< -2	Retraso en talla
		≥-2 a < -1	Riesgo de talla baja para la edad
		≥-1	Talla adecuada para la edad

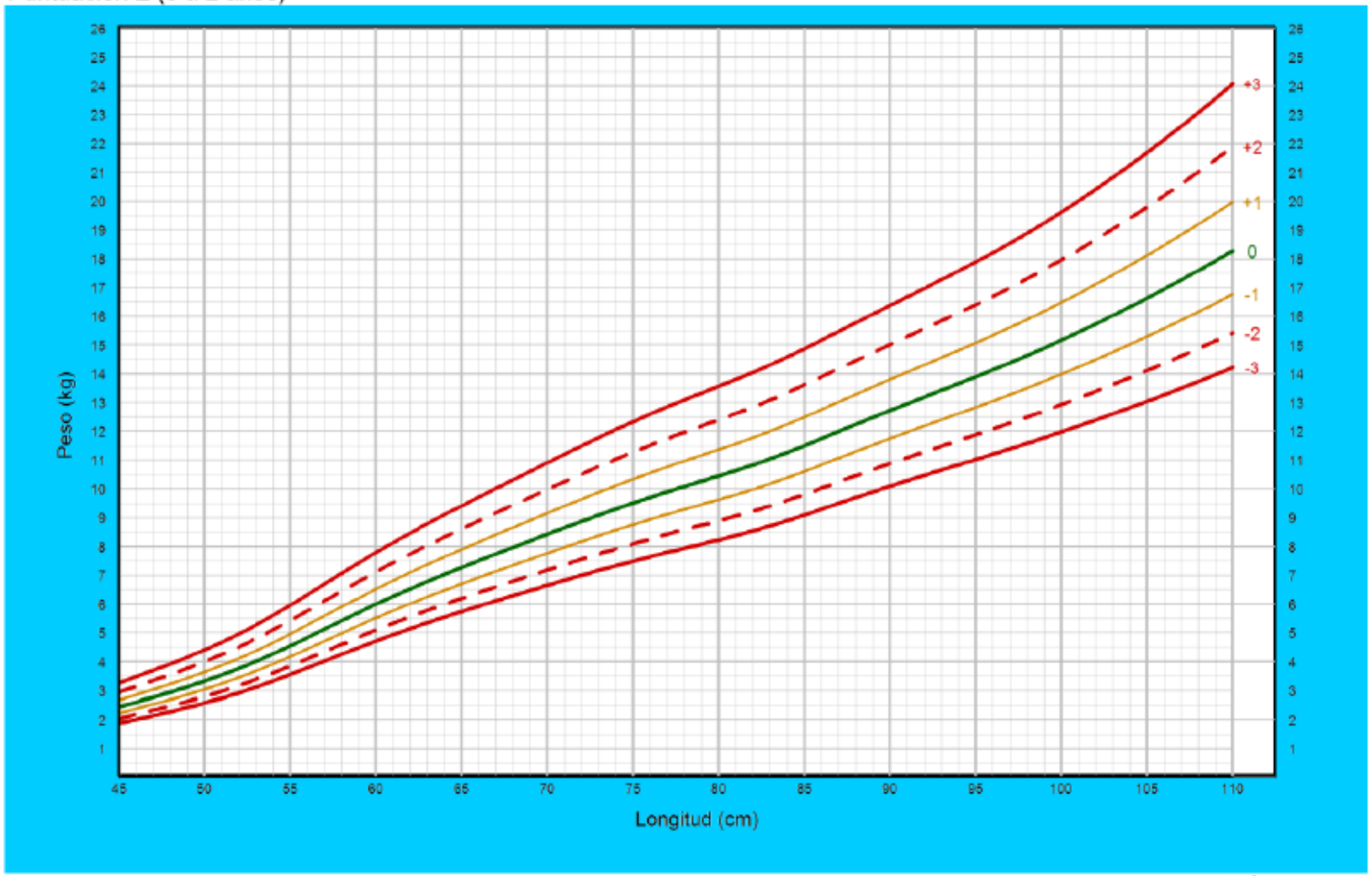
Grupo de edad	Indicador	Punto de corte (desviación estándar)	Denominación
6 a 59 meses	Perímetro Braquial (PB)	<11.5 cm	Riesgo de muerte por desnutrición

Fuente: Ministerio de la Protección Social, y consenso Comité ampliado de patrones de crecimiento, 2015.



Peso para la Talla Niños

Puntuación Z (0 a 2 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

Alcaldía Municipal de Sesquilé

2024 - 2027


CONSULTA EXTERNA, URGENCIAS
GEBI`s
BRIGADAS DE SALUD
IDENTIFICACION DE POSIBLE CASO DE DESNUTRICION AGUDA MODERADA O SEVERA

CONFIRMACION DEL CASO DE DESNUTRICION

Alcaldía Municipal de Sesquilé

Niñas y niños de 6 a 59 meses

Perímetro del brazo < 11,5 cm

Ó

Puntaje Z P/T < -2 D.E.

Ó

Edema bilateral (+)

Niñas y niños menores de 6 meses con peso inferior a 4Kg

Niñas y niños menores de 6 meses con peso inferior a 4Kg

Ó

Edema bilateral (+)

Ó

Puntaje Z < -2 D.E.

Ó

Delgadez visible

Alcaldía Municipal de Sesquilé

CASO CONFIRMADO DE DESNUTRICION AGUDA MODERADA O SEVERA

ACTIVACION DE LA RUTA INTEGRAL DE ATENCION

DEFINIR PLAN DE MANEJO

DOMICILIARIO – ninguna complicación medica, alerta y consiente, prueba de apetito positiva. FTLC

HOSPITALARIO – complicaciones asociadas **Hipotermia, fiebre, hemoglobina hemoglobina <6g/dL con signos de dificultad respiratoria, piel con lesiones ulcerativas, riesgo de deshidratación, convulsiona, vomita todo, prueba de apetito negativa. DESNUTRICION AGUDA SEVERA**

SEGUIMIENTO

CASO DE DESNUTRICION AGUDA MODERADA O SEVERA CLINICA Y NUTRICIONALMENTE RESUELTO

SOCIALIZACION DE LOS CASOS A SALUD PUBLICA, ICBF, COMISARIA DE FAMILIA, RED DEL BUEN TRATO.

Alcaldía Municipal de Sesquilé

Formula FTLC



- Es un producto con mínimo contenido de agua y muy bajo riesgo de contaminación.
- Es de fácil digestibilidad por el tracto gastrointestinal de los niños y niñas con desnutrición aguda, incluso si hay diarrea.
- Consistencia semisólida, sabor a dulce y a maní
- Un sobre de 92 g de FTLC aporta 500 kcal y contiene los macronutrientes y Micronutrientes necesarios para la recuperación nutricional.
- Contiene 12.5-15 g de proteína de los cuales al menos el 50 % es de origen lácteo.
- Su contenido de lactosa es muy bajo.

Alcaldía Municipal
de Sesquilé

Guías alimentarias basadas en alimentos

Consuma alimentos frescos y variados como lo indica el Plato saludable de la Familia Colombiana



Alcaldía Municipal de Sesquilé

Sesquilé

Para favorecer la salud de músculos, huesos y dientes, consuma diariamente leche u otros productos lácteos y huevo.

Alcaldía Municipal de Sesquilé

Mantener un consumo adecuado de leche, productos lácteos y huevo trae beneficios como:

- Mejorar la salud de músculos, huesos y dientes.
- Favorecer el crecimiento en niñas, niños y adolescentes.
- Mantener la vitalidad y un adecuado estado de salud en personas adultas.
- Reducir el riesgo de osteoporosis en personas adultas.
- Disminuir el riesgo de fracturas, principalmente en personas adultas.



Alcaldía Municipal de Sesquilé

Para una buena digestión y prevenir enfermedades del corazón, incluya en cada una de las comidas frutas enteras y verduras frescas.

- Mantener un peso saludable, pues nos proporcionan una sensación de saciedad rápida, con un bajo aporte de calorías.
- Reducir el riesgo de padecer ECNT como: DM2, HTA, dislipidemias, ECV, cáncer gástrico y colorectal, entre otras.
- Evitar el estreñimiento, gracias a su contenido de fibra dietaría.
- Recibir micronutrientes esenciales para el adecuado funcionamiento del organismo, como las vitaminas A, del complejo B y C, minerales como el sodio, el hierro y muchos más.
- Los micronutrientes además tienen acción antioxidante (previene envejecimiento y el cáncer.)



Para complementar su alimentación consuma al menos dos veces por semana leguminosas como frijol, lenteja, arveja y garbanzo.

- Aportan proteína, que ayuda al crecimiento y al mantenimiento de los músculos.
- Aportan fibra que ayuda a reducir el colesterol en la sangre, lo que ayuda a prevenir la enfermedad cardiovascular, también ayuda a combatir el estreñimiento.
- Aportan vitaminas que ayudan a la visión, la hidratación de la piel, la transmisión de impulsos nerviosos, la integridad de pelo y uñas y la defensa contra enfermedades.
- La absorción del hierro que contienen estos alimentos mejora al acompañar su consumo con alimentos fuente de vitamina C como naranja, guayaba, mandarina.
- Producen sensación de saciedad, ayudando a regular el apetito.
- Tienen bajo costo, alto rendimiento, son fáciles de conservar.



Alcaldía Municipal de Sesquilé

Elsa Quintero Martínez
Alcaldesa Sesquilé
2024 - 2027

Sesquilé

Alcaldía Municipal de Sesquilé

Para prevenir la anemia, los niños, niñas, adolescentes y mujeres jóvenes deben comer vísceras una vez por semana.

- Niñas y niños más atentos y con mejor aprendizaje.
- Mujeres sanas y en mejores condiciones para programar un embarazo.
- Entusiasmo y dinamismo en la realización de las actividades cotidianas.
- Mejor funcionamiento de músculos y órganos en general.
- Mejor apetito.



Una enfermedad que nos deja sin energía

Acompaña las vísceras con alimentos fuente de vitamina C, preferiblemente con jugos de naranja, mandarina, maracuyá, lulo…. Para mejorar la absorción de hierro por parte del organismo

Alcaldía Municipal de Sesquilé

Para mantener un peso saludable, reduzca el consumo de "productos de paquete", comidas rápidas, gaseosas y bebidas azucaradas.

- Promueven la formación de malos hábitos alimentarios desde temprana edad.
- Su consumo desplaza el consumo de otros alimentos más saludables.
- Interfieren en la absorción de nutrientes.
- Favorecen el sobrepeso y la obesidad.
- Favorecen la aparición de ECNT como: DM2, hipertensión y enfermedades del corazón.
- Favorecen la desmineralización ósea.
- Son costosos y crean adicción.
- Promueven caries dental.



Alcaldía Municipal de Sesquilé

Para tener una presión arterial normal, reduzca el consumo de sal y alimentos como carnes embutidas, enlatados y productos de paquete altos en sodio.



- Mejora la salud del corazón y el aparato circulatorio.
- Previene o controla la hipertensión arterial.
- Reduce el riesgo de cáncer de estómago.
- Previene el daño en los riñones.
- Los alimentos naturales y frescos son más económicos que los alimentos procesados y ultraprocesados.



Alcaldía Municipal de Sesquilé

Cuide su corazón, consuma aguacate, maní y nueces, disminuya el consumo de aceite vegetal y margarina; evite grasas de origen animal como mantequilla y manteca.

- Mejora la salud del corazón, venas y arterias, y por tanto disminuye el riesgo de sufrir infartos.
- Disminuye el riesgo de padecer sobrepeso y obesidad.
- Mejora la absorción de las vitaminas solubles en grasa, necesarias para el correcto funcionamiento del cuerpo.



Alcaldía Municipal de Sesquilé

Por el placer de vivir saludablemente realice todos los días al menos 3O minutos de actividad física.

- Mantiene un adecuado estado de salud.
- Disminuye el riesgo de padecer sobrepeso u obesidad y mejora la figura.
- Mejora la salud de músculos, corazón, venas y arterias.
- Disminuye el riesgo de infartos.
- Fortalece los huesos y las articulaciones.
- Mejora la absorción de las vitaminas necesarias para el correcto funcionamiento del cuerpo.
- Mejora la concentración.
- Disminuye los niveles de estrés.
- Aumenta la resistencia al cansancio.
- Mejora la autoestima y la percepción de los sucesos de la vida.
- Previene enfermedades como diabetes, hipertensión y cáncer.



Alcaldía Municipal
de Sesquilé

GRACIAS

Elsa Quintero Martínez
Alcaldesa Sesquilé
2024 - 2027

Sesquilé