ACTA N°

FECHA: Bogotá, 19 de febrero de 2024.

HORA: 9:00 a.m. - 2:00 pm.

LUGAR: Oficina antigua CC Bosque Popular.

TEMA: Asistencia técnica componente nutricional centros de cuidado transitorio día/noche

ASISTENTES: Profesionales en Nutrición y dietética de los centros transitorios, profesional Nutricionista del equipo técnico.

ORDEN DEL DÍA:

1. Asistencia técnica componente de nutrición y salubridad

DESARROLLO:

De forma inicial se realiza la presentación del organigrama de la entidad y el ingreso al sistema de gestión para acceder a los protocolos instructivos y formatos del servicio y del componente nutricional.

1. Se realiza asesoría técnica del subcomponente de vigilancia nutricional

Se realiza presentación inicial frente a la toma de datos antropométricos en las personas mayores la cual se adjunta a la presente acta.

Para realizar el registro del tamizaje nutricional se utilizará el Formato Registro datos antropométricos FOR-PSS-161, se indica que se debe describir en la columna de observación el IMC resultante de cada persona mayor y la clasificación antropométrica del estado nutricional según el parámetro de referencia utilizado OMS para menores de 64 años y SENPE para mayores de 65 años.

Con respecto a la canalización en salud mediante el Formato Canalización a servicio de salud FOR-PSS-397, conforme a lo establecido en el Protocolo abordaje y orientación a los participantes identificados con malnutrición en los servicios sociales PTC-PSS-039, se deberá entregar a la persona mayor el formato de canalización para que realice la solicitud de la cita médica correspondiente para la atención por parte de su EPS a la que esté afiliada. El profesional de nutrición deberá dejar registro de esta información en el seguimiento Individual, como parte de las acciones transitorias desarrolladas con la persona mayor.

Se realiza asistencia técnica frente a los siguientes formatos realizando las siguientes claridades:

- Formato recibo de alimentos: se realiza asistencia técnica frente a su diligenciamiento indicando que en el número de lote para Fruver se debe ingresar la fecha de ingreso, para los alimentos que como panadería, Fruver , huevos y abarrotes se reciben a temperatura ambiente debe indicar la sigla N.A , no se debe diligenciar completo las palabras no aplica o a medio ambiente, se deben registrar la totalidad de alimentos que se compran en el centro.
- Formato control de temperatura de refrigeración y congelación: se orienta que si se evidencian fluctuaciones de temperatura por fuera de los rangos establecidos para refrigeración o congelación se debe dejar registro en las observaciones del análisis realizado y las acciones a implementar.
- Formato control de entradas y salidas de alimentos: para las frutas y verduras se incluyó las columnas de peso de la cascara y peso total sin cascara en respuesta a un hallazgo de contraloría por las diferencias entre la cantidad de alimentos que salían y los ingresos y saldos semanales , los cuales estaban argumentados por los alimentos que ingresaban en peso bruto pero las salidas se realizaban en peso neto, por lo tanto estas columnas se debe diligenciar el peso de la merma para aquellos alimentos que se prealistan previo a su almacenamiento para aquellos que no de acuerdo al instructivo de diligenciamiento se debe para la columna de peso de la cáscara : “ Para los alimentos que no requieran proceso de prealistamiento o que no lo realicen por temas de capacidad de almacenamiento, en la casilla deben registrar N.A..” Se determina que para los meses que tienen más de 5 semanas se podrán incluir las columnas hasta de tres días para completar el mes en un solo formato.
- Formato alimentos preparados: en la columna nombre del alimento: se debe registrar el nombre del alimento principal de cada preparación, por lo tanto, no se

requiere realizar le registro de todos los ingredientes de la preparación. Para verduras, ensaladas con frutas y verduras; no se registra ningún ingrediente, se registra de nuevo el mismo nombre de la preparación. En las sopas o cremas solo registre el proteico que lleva la sopa o la crema, si no lleva proteína, registre de nuevo el mismo nombre de la preparación. En jugos registre la fruta y en sorbetes la fruta y la leche. En el arroz con leche se diligencia el arroz y la leche.

- Peso bruto (gramos/litros/unidad): peso bruto (peso del alimento antes de ser pelado o prealistado para la preparación) del alimento principal y/o de origen proteico (leche, huevos, carnes y derivados lácteos) de una preparación, si el alimento es prealistado en el momento de la recepción y almacenamiento no debe registrarse el peso bruto, ya que el peso de la cascara quedó registrado en el formato de entrada y salida de alimentos. Para los huevos registre el total de unidades utilizadas con cáscara, en peso neto registre NO APLICA O NA. Si la casilla no debe ser diligenciada, escriba NO APLICA O NA.
- Peso neto (gramos/litros/unidad): peso neto (peso del alimento una vez haya sido pelado y esté listo para iniciar la preparación) del alimento principal y/o de origen proteico (leche, huevos, carnes y derivados lácteos) que va a ser parte de una preparación. Para los huevos no registre peso neto. Si la casilla no debe ser diligenciada, escriba NO APLICA O NA.
- De acuerdo a la tabla del ejemplo en el instructivo se debe diligenciar el peso tanto bruto como neto del total de la preparación no por porción.
- En cuanto al alimento si fue lavado, desinfectado o cocido marcar con una X (si o no) de acuerdo al Alimento en proceso para lo cual se debe Verificar las etapas de las materias primas del producto a elaborar y el plan de saneamiento del centro.
- Se recuerda que de acuerdo a la guía de plan de saneamiento de la entidad los huevos no se realiza desinfección, dado la permeabilidad de la cascara se tiene establecido el lavado correcto para retirar materia orgánica previo a su uso.
- Temperatura alimento terminado: registre la temperatura INICIAL tomada de la olla o recipiente, al momento de servir el alimento y la temperatura FINAL antes de terminar el servido de alimentos, tomada de la olla o recipiente antes de servir un nuevo plato.
- Adicionalmente se debe realizar acompañamiento a la operación el servicio de alimentación para lo cual de forma mensual debe diligenciar el Formato Acompañamiento de la operación del servicio de alimentación mensual FOR-PSS-248, Formato Evaluación de características organolépticas FOR-PSS-246 y el Formato Inspección plan de muestreo porciones servidas FOR-PSS-252, y realizar verificaciones del diligenciamiento correcto de los formatos por parte del gastrónomo de las condiciones higiénico sanitarias del servicio de alimentación, de la adecuada rotación de materias primas y rótulos de identificación y del cumplimiento de las practicas higiénicas por parte del personal manipulador de alimentos.

Adicionalmente se deberá realizar el diligenciamiento de los siguientes formatos :

- Formato Seguimiento de la operación del servicio de alimentación FOR-PSS-247 (semestral)
- Formato Acompañamiento de la operación del servicio de alimentación mensual FOR-PSS-248
- Formato Acompañamiento de la operación del servicio de alimentación semanal FOR-PSS-249
- Formato Evaluación de características organolépticas FOR-PSS-246 y el Formato Inspección plan de muestreo porciones servidas FOR-PSS-252 de forma semanal

1. Asistencia técnica subcomponente promoción en estilos de vida saludable

   Se realiza socialización del diligenciamiento de cada uno de los siguientes formatos que hacen parte del subcomponente de acciones en IEC :

- Formato control de asistencia capacitación FOR-PSS-296 cada vez que se realice la sesión
- Formato de registro de actividades . Incluyendo el registro fotográfico y la evaluación de la actividad.
- Formato cronograma capacitación estilos de vida saludable FOR-PSS-297 para la vigencia del convenio, es decir se debe enviar el cronograma con las acciones de enero y febrero.
- Formato Base de consolidación mensual de promoción en estilos de vida saludable FOR-PSS-298 (se envía de forma mensual a correo mfandinom@sdis.gov.co)
- Formato Reporte cualitativo FOR-PSS-300 (se realiza de forma trimestral y se envía al correo mfandinom@sdis.gov.co) próximo envío en marzo

Compromisos:

Compromisos	Responsables	Fecha de Ejecución

CONVOCATORIA.

En constancia de lo anterior firman: se anexa listado de asistencia

Nombres y Apellidos	Cargo o Tipo de vinculación	Dependencia	Firma

Anexos: listado de asistencia y presentación

Elaboró: Melany Fandiño

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. SECRETARÍA DE INTEGRACIÓN SOCIAL	PROCESO GESTIÓN DOCUMENTAL FORMATO PLANILLA DE ASISTENCIA	Código: FOR-GD-023 Versión: 1 Fecha: Memo I2023023863 - 14/08/2023 Página: 1 de 1

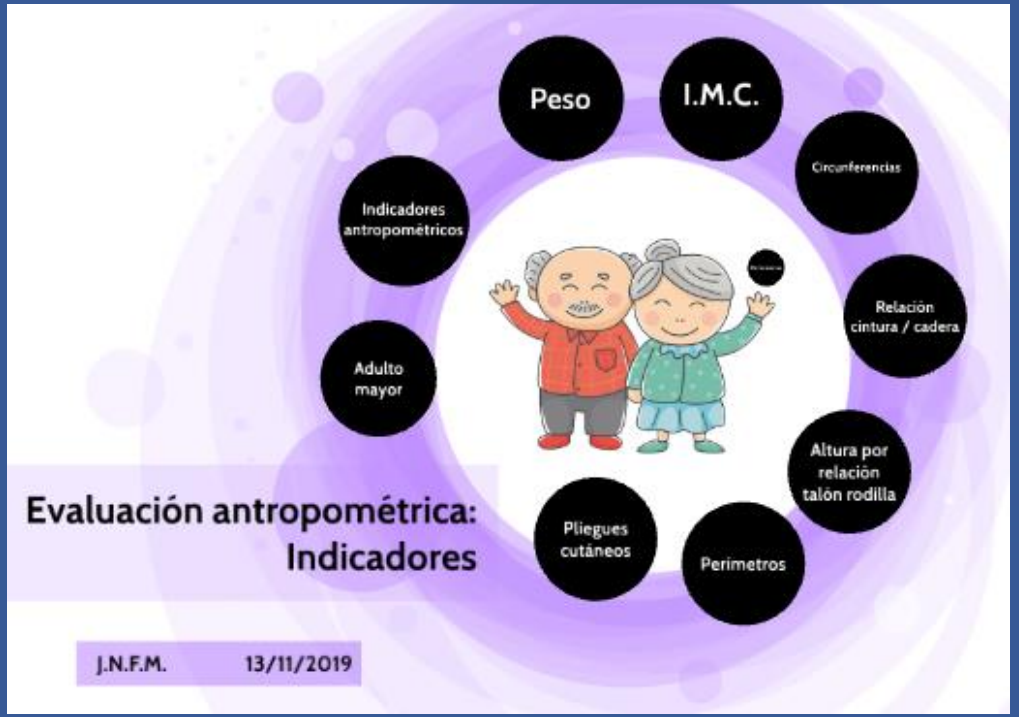
1. Tema: Asistencia técnica 2. Lugar: oficinas 3. Fecha y hora: 19-2-2024 9am

4. Ítem	5. Nombres y Apellidos	6. Documento de Identidad	7. Entidad o Dependencia	8. Rol / Cargo	9. Planta / Contratista	10. Correo electrónico	11. Teléfono y Ext. / Celular	12. Firma
1	Stephani Duque O.	1121198419	Construyendo futuro	Nutricionista	CT Semper	duque0819@hotmail.com	3175531027	
2	Piedad Restrepo	25.220957	Sobol. vejez	Auxiliar servicio	Contratista	piedadRestrepo1977@gmail.com	3005792061	
3	LILIAM LIMA A	63492777	Adc. Usaquén SI A LA VIDA	NUTRICIONISTA	CCT San José	liliamlima4@gmail	3103100723	
4	Luna Olaya M.	1024484350	Multiétnicas	Nutricionista	CT Quiroga	luna.glaya@gmail.com	3144103624	
5	Andrea Carolina Cuervo	1072405423	Asociación hogares sabios	Nutricionista	CCT Antonio Nariño	carolinacuervo1d@gmail.com	3014224908	
6	Lorena Andrea Useche Reyes	1018426110	Construyendo Futuro	Coordinadora	CCT Santa Matilde	lorena.u.reyes@hotmail.com	3118126410	
7	Paola Pinto	1022361748	Construyendo Futuro	UP Cocina	CCT Carolina María	paopabx22@gmail.com	3214558400	
8	Yolany Fandiño	1118411757	Sub Vejez SDIS Prof. Univ.	Planta		mfandmon@gmail.com	3175128160	
9	Jorge A. Rueda H	1015395244	Sub Vejez	Admón	Contra	jruedah@sdis.gov.co	3502235253	
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								
20								

Tratamiento de datos personales: Los datos personales aquí consignados tienen carácter confidencial, razón por la cual es un deber y un compromiso de los asistentes y de la SDIS no divulgar información alguna en propósito diferente a la de este registro so pena de las sanciones legales a que haya lugar de acuerdo con la Ley 1581 de 2012 y Decreto 1377 de 2013.

Powered by CamScanner

En su cumpleaños 485. Bogotá tiene mucho que contar



fecha

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C. | BOGOTÁ

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR

La antropometría permite conocer los cambios del estado nutricional del individuo y realizar un respectivo seguimiento, los datos obtenidos se comparan con estándares de referencia obtenidos de estudios poblacionales y se procede a realizar la clasificación nutricional.



TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR

- La antropometría rama de la ciencia que se ocupa de las mediciones comparativas del cuerpo humano, sus diferentes partes y sus proporciones.

- Estado nutricional: es el resultado de la relación entre la ingesta de energía y nutrientes y el gasto causado por los requerimientos nutricionales según la edad, sexo, estado fisiológico y actividad física.

- Indicador antropométrico: es un índice estadístico que surge de la combinación de dos variables o parámetros que se utiliza para medir o evaluar cuantitativamente el crecimiento y el estado nutricional, toma como base medidas corporales y se obtiene mediante la comparación, contra valores de referencia para la edad y sexo o contra mediciones realizadas en el mismo sujeto en diferentes períodos.

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR

- Patrón de referencia: estándar utilizado para la valoración antropométrica mediante la comparación de los datos obtenidos, contra la referencia teórica o ideal.

- Puntos de corte: son los límites o intervalos que definen las categorías utilizadas para la interpretación del estado nutricional, al comparar un parámetro o índice antropométrico contra un patrón de referencia.

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR

Tabla 3. Clasificación antropométrica del estado nutricional para personas mayores de 65 años según el IMC y puntos de corte

ÍNDICE DE MASA CORPORAL (IMC - kg/m^2)	
Clasificación antropométrica	Puntos de corte
Desnutrición grave	<16,0
Desnutrición moderada	16 – 16,9
Desnutrición leve	17 - 18,4
Peso insuficiente	18,5 – 21,9
Normopeso	22,0 – 26,9
Sobrepeso	27,0 – 29,9
Obesidad Grado I	30,0 – 34,9
Obesidad Grado II	35,0 – 39,9
Obesidad Grado IIII	≅ 40,0

Fuente: Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral. Consenso Multidisciplinar sobre el abordaje de la desnutrición hospitalaria en España 2011.

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR

Tabla 4. Clasificación Antropométrica del estado nutricional para adultos de 18 a 64 años de edad, según el índice de masa corporal - IMC

Clasificación IMC kg/m²	
Delgadez	<18,5
Normal	≥18.5 a < 25
Sobrepeso	≥ 25 a < 30
Obesidad	≥ 30

Fuente: Ministerio de Salud y Protección Social. Resolución 2465 de 2019.

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR

El envejecimiento trae consigo modificaciones no solo en la fisiología sino también en la estructura corporal, en la práctica de antropometría para la persona mayor se debe tener en cuenta que hay una variación natural en el peso y la talla. **La talla disminuye un centímetro por cada década en edad adulta debido a la curvatura de la columna vertebral y la reducción del espacio inter vertebral**, por su parte el peso aumenta después de los 40 años y se mantiene estable hasta casi los 70 años, punto en el que empieza una reducción progresiva.



TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR

En la persona mayor la obtención de medidas se complica debido a los cambios propios del envejecimiento como la **redistribución de la masa grasa, el desgaste articular, la deformación de estructuras óseas o limitaciones funcionales** como el uso de silla de ruedas de forma permanente.



TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR

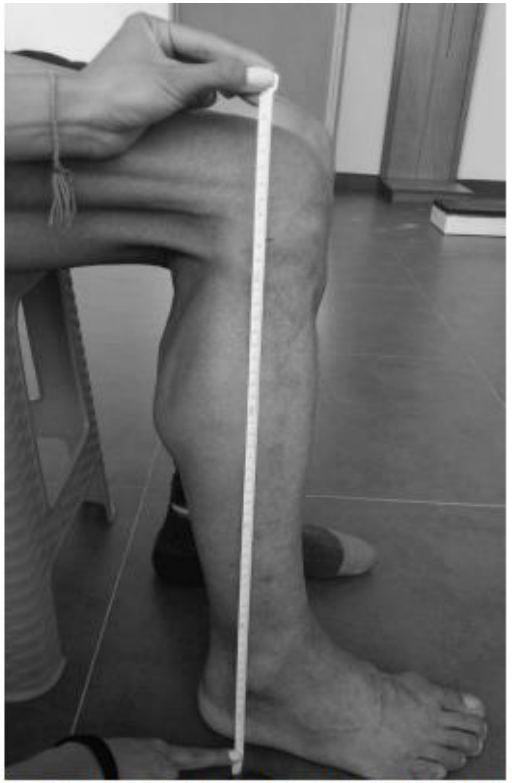
TALLA:

La talla o estatura en la persona mayor no refleja su talla real de adulto joven debido al envejecimiento de su columna vertebral, entre otros aspectos comportamentales. Por tanto, en este grupo etario, el IMC que se usa para evaluar el estado nutricional por antropometría, no debe ser calculado con la talla real obtenida en la persona mayor, pues subestima la desnutrición, condición más riesgosa para la vida del anciano que la presencia del exceso de peso; también esta práctica conduce a una mala interpretación del estado nutricional y a conductas equivocadas en la atención en salud y nutrición de la persona mayor.



TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- TALLA ESTIMADA

La altura de rodilla es la distancia comprendida entre la rodilla y el talón, la medida se toma desde el talón a la superficie anterior del muslo sobre los cóndilos femorales aproximadamente 5cm por detrás del borde superior de la rótula. Esta medida se puede tomar con un antropómetro o con una cinta métrica. Es importante que la persona adulta mayor ubique su pierna en un ángulo de 90° respecto al muslo.



Fotografía 3. Medición Altura rodilla en la persona adulta mayor.

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- TALLA ESTIMADA

La estimación de la talla a partir de **la altura de rodilla** se realiza con la fórmula de Chumlea:

Fórmula altura rodilla – talón de Chumlea	
Hombre	(2,02 X altura rodilla) – (0,04 X edad) + 64,19
Mujer	(1,83 X altura rodilla) – (0,24 X edad) + 84,88

Fuente: Sociedad Española de Nutrición Clínica y Metabolismo Sociedad Española de Geriatría y Gerontología, "Documento de consenso Valoración nutricional en el anciano." Galénitas - Nigra Trea.

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- TALLA ESTIMADA

ALTURA DE RODILLA Con el antropómetro se mide la distancia entre el talón y la parte más alta de la articulación de la rodilla, con la pierna flexionada en el individuo sentado o acostado y formando un ángulo de 90° entre el muslo y la pantorrilla, se coloca debajo del talón la pieza fija del antropómetro y se desliza la otra pieza a unos 3 cm por encima de la rótula ejerciendo una ligera presión para obtener la lectura final. Se repite dos veces y si cambia en más de 1 mm se obtiene una tercera medida y se promedian. La medida obtenida se registra en centímetros con un decimal.





TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- TALLA ESTIMADA

Tabla 1. Ecuaciones para predecir la talla con AR en personas mayores - Encuesta Nacional de Salud, Bienestar y Envejecimiento de Colombia (SABE) 2015.

Etnia (autoreferida)	Ecuaciones de predicción de la talla	
	Hombre	Mujer
Indígena	T= 82,695 + 1,745(AR) - 0,121(e)	T= 90,281 + 1,436(AR) - 0,102(e)
Afrodescendiente	T= 79,298 + 1,855(AR) - 0,141(e)	T= 76,233 + 1,767(AR) - 0,098(e)
Blanco-mestizo	T= 75,514 + 1,883(AR) - 0,108(e)	T= 86,497 + 1,553(AR) - 0,119(e)

T: talla en cm; **AR:** altura de rodilla en cm; **e:** edad en años

Fuente: Benjumea MV, Estrada A, Curcio CL. Ecuaciones de predicción de la talla de ancianos colombianos con altura de rodilla. SABE 2015. Rev Biomédica 2019;39 (4)

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- TALLA ESTIMADA

- Corresponde a la distancia en centímetros desde el borde superior de la rótula con la persona mayor acostada en decúbito o sentada hasta el maléolo externo de la tibia derecha así:

✓ Localice y marque con un lápiz demográfico los puntos anatómicos.

✓ La persona con discapacidad debe tener la pierna extendida con los cuádriceps relajados.

✓ Con la cita métrica, medir la distancia entre borde superior de la rótula y el maléolo externo de la tibia derecha realizando una leve torsión de la cinta, es decir en diagonal.

- Arango, LA. Zamora, JE. Predicción de la talla a partir de la distancia rodilla – maléolo externo. Nutr. Hosp. 1995;10(4):199.205.

Longitud rodilla maléolo



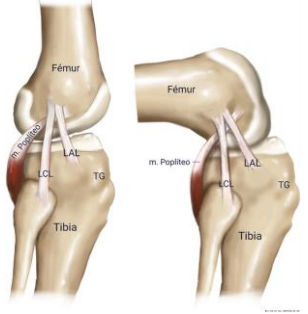
Fuente: SDIS

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- TALLA ESTIMADA

- Medición rodilla maléolo externo Es la distancia entre el epicóndilo externo del fémur y el maléolo externo. Se recomienda realizar la medición 2 veces para mayor precisión, en el caso de que la variación supere 0,5cm debe repetirse el procedimiento. Se recomienda verificar la existencia del ángulo de 90 grados de la pierna respecto al muslo para tomar la medición de forma adecuada. Esta medida se puede tomar con el sujeto sentado o en cama.
- Conservando la posición de decúbito dorsal del sujeto, se hace retraer la pierna de forma que aproxime el talón hacia el muslo posterior hasta ubicarla en un ángulo de 45° aproximadamente.
- Hace balancear la pierna del sujeto, hasta lograr evidenciar el punto en donde se produce la rotación ósea.



ıtografía 4. Medición rodilla –Maléolo externo en la persona adulta mayor.



TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- TALLA ESTIMADA

Fórmula rodilla – maléolo de Arango y Zamora	
Hombre	(Altura rodilla - maleolo X1,121) – (0,117 X edad) + 119,6
Mujer	(Altura rodilla - maleolo X1,263) – (0,159 X edad) + 107,7

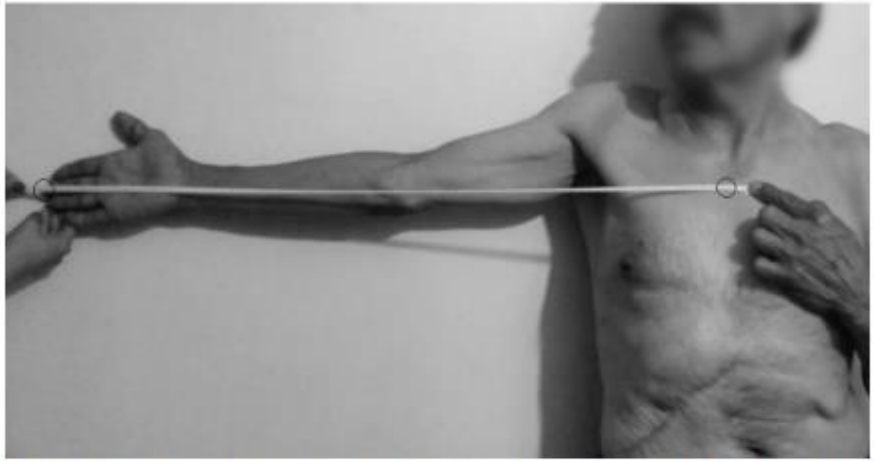
Fuente: Sociedad Española de Nutrición Clínica y Metabolismo Sociedad Española de Geriatría y Gerontología, "Documento de consenso Valoración nutricional en el anciano." Galénitas - Nigra Trea.

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- TALLA ESTIMADA

Otra forma para estimar la talla en la persona adulta mayor es la envergadura media del brazo, la cual se mide desde la línea media del esternón hasta la punta del dedo anular. [58]

Esta medición se toma preferiblemente con la persona adulta mayor de pie, sin embargo, si el sujeto no está en las condiciones para levantarse, esta medida se puede tomar con el sujeto sentado o incluso acostado.
Para tomar la medición se solicita a la persona adulta mayor que extienda uno de sus brazos completamente y se ubican los puntos anatómicos indicados, posteriormente la persona adulta mayor puede colaborar sosteniendo la cinta métrica sobre el esternón mientras el profesional realiza la lectura (fotografía 5)

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- TALLA ESTIMADA



Fotografía 5. Medición envergadura media del brazo en la persona adulta mayor.

Una vez se toma la medida se usa la siguiente fórmula [58]:

Fórmula para cálculo de talla por envergadura del brazo en la persona adulta mayor
Mujeres: estatura en cm= (1,35x media envergadura del brazo en cm) + 60,1
Hombres: estatura en cm (1,40 x media envergadura del brazo en cm) + 57,8

STEPHANIE TURCIOS "Estado nutricional de la persona adulta mayor: Estudio comparativo en una comunidad rural y dos instituciones urbanas de Quetzaltenango, 2012. UNIVERSIDAD RAFAEL LANDÍVAR. Guatemala. 2012

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- PESO ESTIMADO

Peso corporal estimado = 0,5759 *(CB) + 0,5263 *(CC) + 1,2452 *(CP) - 4,8689 *(Sexo: Hombre= 1, Mujer= 2) - 32,9241

Donde:

CB= Circunferencia de brazo en centímetros,

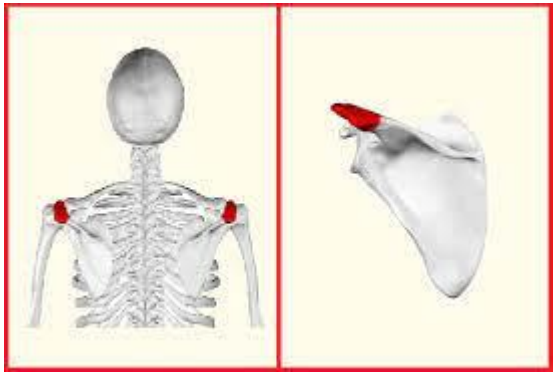
CP= Circunferencia de la pantorrilla en centímetros,

CC= Circunferencia de la cintura en centímetros.

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- PESO

CIRCUNFERENCIA DEL BRAZO

- brazo libre de ropa y la medida se debe tomar preferiblemente en el miembro superior no dominante.
- El antebrazo debe permanecer doblado mientras se realiza la marcación con el lápiz demográfico, formando un ángulo de 90 grados y con la palma de la mano abierta hacia arriba.
- El profesional debe palpar la esquina superior de la escápula hasta localizar el vértice del acromion. Luego, debe medir la distancia con una cinta métrica, desde el acromion hasta el borde inferior del olécranon, por debajo del codo. A continuación, debe ubicar el punto medio de la distancia entre el vértice del acromion y el extremo más distal del olécranon y marcarlo con el lápiz demográfico.
- Para medir la circunferencia del brazo, debe extender el brazo a lo largo del cuerpo, con la palma hacia el muslo, quedando un poco alejado del cuerpo para permitir colocar la cinta métrica en el punto medio del brazo sin comprimir los tejidos.
- La medida debe hacerse dos veces para verificar la precisión de esta, si se encuentra diferencia de 1 mm entre las dos medidas se debe tomar la tercera medida y se promedian las dos medidas más cercanas.





TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- PESO

- Circunferencia de la pantorrilla (CP)

✓ En bipedestación: se ubica a la persona en u vertical con los pies a una distancia de 20 cen peso distribuido por igual sobre ellos. La cinta coloca alrededor de la pantorrilla en el plano ho mueve hacia arriba y hacia abajo hasta que s circunferencia máxima. Se debe proceder a tom sin comprimir los tejidos.

✓ En sedestación: la persona con condiciones debe estar sin zapatos y con las piernas colgan de 90° o acostado en decúbito supino, debe s flexionar la cadera y doblar la rodilla y el tobillo, 90°. Los pies deben descansar sobre una supe coloca la cinta métrica alrededor de la pierna o p desliza hasta localizar el perímetro máxim proceder a tomar la medida sin comprimir los tej



Fotografía 6. Circunferencia de pantorrilla en la persona adulta mayor

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- PESO

Esta medida es recomendada por la Organización Mundial de la Salud. Se toma en el punto en el que esta adquiere mayor volumen entre el tobillo y la rodilla. En la persona adulta mayor es predictor de masa muscular y de expectativa de supervivencia cuando es >30cm, se toma con mayor facilidad en la persona adulta mayor a diferencia de otras mediciones y tiene bajo costo. [43]

Esta medida se toma usualmente con el sujeto sobre una superficie plana que le permita al profesional observar la parte más prominente del músculo gemelo. En la persona adulta mayor en cama se busca el ángulo de 90° de la pierna respecto al muslo y se realiza el mismo procedimiento.

Interpretación perímetro de pantorrilla [44]		
	Disminución moderada de masa múscular	Disminución severa de masa múscular
Hombres	Perímetro de pantorrilla < 34cm	Perímetro de pantorrilla < 32 cm
Mujeres	Perímetro de pantorrilla < 33cm	Perímetro de pantorrilla < 31cm

Fuente: Gonzalez MC, Mehrnezhad A, Razaviarab N, TG Barbosa Silva, Heymsfield SB. Calf cincumference: cutoff value from de NHANES 1999-2006. Am J Clin Nutr. 2021 Mar . doi:10.1093/ajcn/nqab029. PMID: 33742191.

TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR- PESO

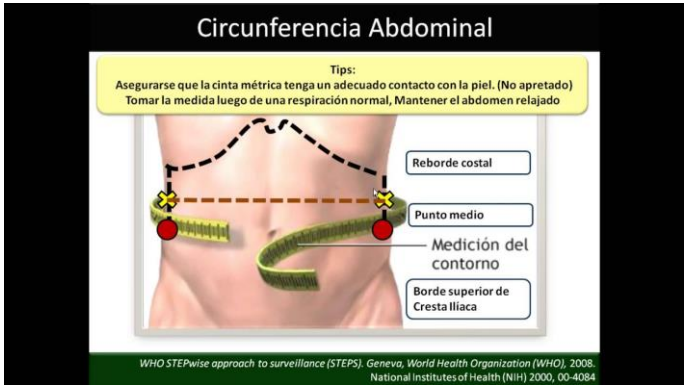
CIRCUNFERENCIA DE CINTURA

- ✓ los brazos deben estar colocados al lado del tronco, a lo largo del cuerpo. Con las palmas de las manos hacia abajo.
- ✓ Con la ayuda de otra persona, la persona fortalecida en toma de medidas coloca la cinta métrica por debajo del abdomen perpendicular al eje vertical del cuerpo. Se debe localizar en la circunferencia menor entre el espacio formado por el borde inferior de la última falsa costilla y el borde superior de la cresta iliaca.
- ✓ Se debe ajustar la cinta métrica alrededor de la cintura o perímetro menor abdominal, sin comprimir los tejidos La medida se registra al final de la expiración normal.
- ✓ Esta circunferencia debe tomarse dos veces, sí hay diferencia mayor a 1 centímetro, entre la primera y la segunda medida, deberá realizarse una tercera toma.



TOMA DE DATOS ANTROPOMETRICOS EN PERSONA MAYOR

Para tomar la medición se recomienda ubicarse a un lado de la persona adulta mayor, con el fin de poder observar la cinta métrica por la parte anterior y posterior del sujeto.
Para facilitar la toma de la medida se puede pedir a la persona adulta mayor que lleve sus brazos a sus hombros en forma de equis.
Esta medición se toma en la persona adulta mayor en el punto intermedio entre la última costilla flotante y el borde de la cresta iliaca.
Se recomienda demarcar el punto para la toma de la medición y verificar que la línea formada en la parte anterior y posterior del sujeto con la cinta se ubique completamente en línea horizontal.





Fotografía 7: Perímetro de cintura en la persona adulta mayor

GRACIAS

ALCALDÍA MAYOR DE BOGOTÁ D.C.
BOGOTÁ