

Seguimiento de hábitos saludables

Vea cómo se desarrollan sus hábitos. Día tras día.

Instrucciones

Decida de qué objetivos quiere realizar un seguimiento y escríbalos en los cuadros situados encima de cada mes de círculos.

Cuando haya finalizado un día, seleccione el círculo correspondiente. Después, seleccione Relleno de forma y elija el color que quiera usar para indicar que ha completado el objetivo de ese día. Para imprimir, use el lápiz o el marcador para cambiar el color de los días o tacharlos.

CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL

Bases Conceptuales para el Diagnóstico del Estado Nutricional en Menores de 5 Años de Edad

Estado nutricional de la niñez menor de cinco años

El estado nutricional de un niño o niña, es el resultado final del balance entre ingesta y requerimiento de nutrientes. En los niños y niñas, especialmente durante el primer año de vida, debido a la gran velocidad de crecimiento, cualquier factor que altere este equilibrio repercute rápidamente en el crecimiento.

Bases Conceptuales para el Diagnostico del Estado Nutricional en Menores de 5 Años de Edad

EL PESO - Refleja el aumento de la masa muscular. Es una medida fácil de obtener y en niños y niñas indica el crecimiento apropiado. Esta medida sirve para detectar algún grado de desnutrición, se realiza con el mínimo de ropa.

Bases Conceptuales para el Diagnostico del Estado Nutricional en Menores de 5 Años de Edad

LONGITUD - Cuando un niño/a no se puede parar, o tiene menos de dos años se mide acostado/a y a esta medida se le llama longitud.

Bases Conceptuales para el Diagnóstico del Estado Nutricional en Menores de 5 Años de Edad

TALLA - Cuando el niño/a es mayor de dos años o mide más de 85.0 centímetros, se mide parado y a esta medida se la llama talla o estatura.

Bases Conceptuales para el Diagnóstico del Estado Nutricional en Menores de 5 Años de Edad

LA EDAD del niño/a, o sea cuantos años o meses tiene el niño/a, al momento en que se evalúa o que se le toman las medidas antropométricas

CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL

TALLA PARA EDAD (T/E) – Indica la estatura que debe tener el niño y la niña para la edad que tiene. Proporciona información sobre la historia del estado nutricional. Cuando la talla es más baja de lo esperado para la edad del niño o niña puede presentar retardo del crecimiento denominado, **desnutrición crónica**.

EL PESO PARA EDAD (P/E) - Indica el estado nutricional global pues incluye el peso para la talla y la talla para la edad. Si está bajo, no permite discriminar si es por desnutrición aguda (P/T) o por desnutrición crónica (T/E).

EL PESO PARA TALLA (P/T) - Indica cuál es el estado nutricional actual del niño y niña. Dice si en este momento el niño y niña está normal, desnutrido o con exceso de peso.

RESOLUCIÓN NÚMERO 00002465 DE 14 JUN 2016 PÁGINA 19 DE 47

Continuación de la resolución "Por la cual se adoptan los indicadores antropométricos, patrones de referencia y puntos de corte para la clasificación antropométrica del estado nutricional de niñas, niños y adolescentes menores de 18 años de edad, adultos de 18 a 64 años de edad y gestantes adultas y se dictan otras disposiciones."

2.1 Instrumentos para la toma de medidas antropométricas (peso, talla, perímetro cefálico, perímetro del brazo y circunferencia de cintura).

Cuadro No.14. Listado de los Instrumentos a utilizar en la toma de medidas antropométricas

Grupo de edad	Peso	Longitud/ Talla	Perímetro cefálico	Perímetro del brazo	Circunferencia de cintura
Niños y niñas hasta dos años	Pesabebé Balanza de pie (para pesar a la madre y al niño en forma simultánea cuando no se dispone de Pesabebé)	Infantómetro*	Cinta métrica	Cinta métrica	Cinta métrica
Mayores de 2 años, adolescentes y adultos	Balanza de pie	Tallímetro	Cinta métrica	Cinta métrica	Cinta métrica

*El infantómetro es el instrumento equivalente al tallímetro utilizado para tomar la longitud en niñas y niños menores de dos años.

2.1.1. Instrumentos para toma de peso

Instrumentos

Indicadores antropométricos



PESO

Balanza digital con función de tara (recomendable)

TALLA

Menores de 2 años: longitud (infantómetro)
Mayores de 2 años: talla (tallímetro)
Sensibilidad de 0.1 cm

PB

Predictor de riesgo de muerte por desnutrición < 11.5 cm
Cintilla estandarizada a hasta 26 cm con sensibilidad de 0.1 cm



Resolución 2465 de 2016

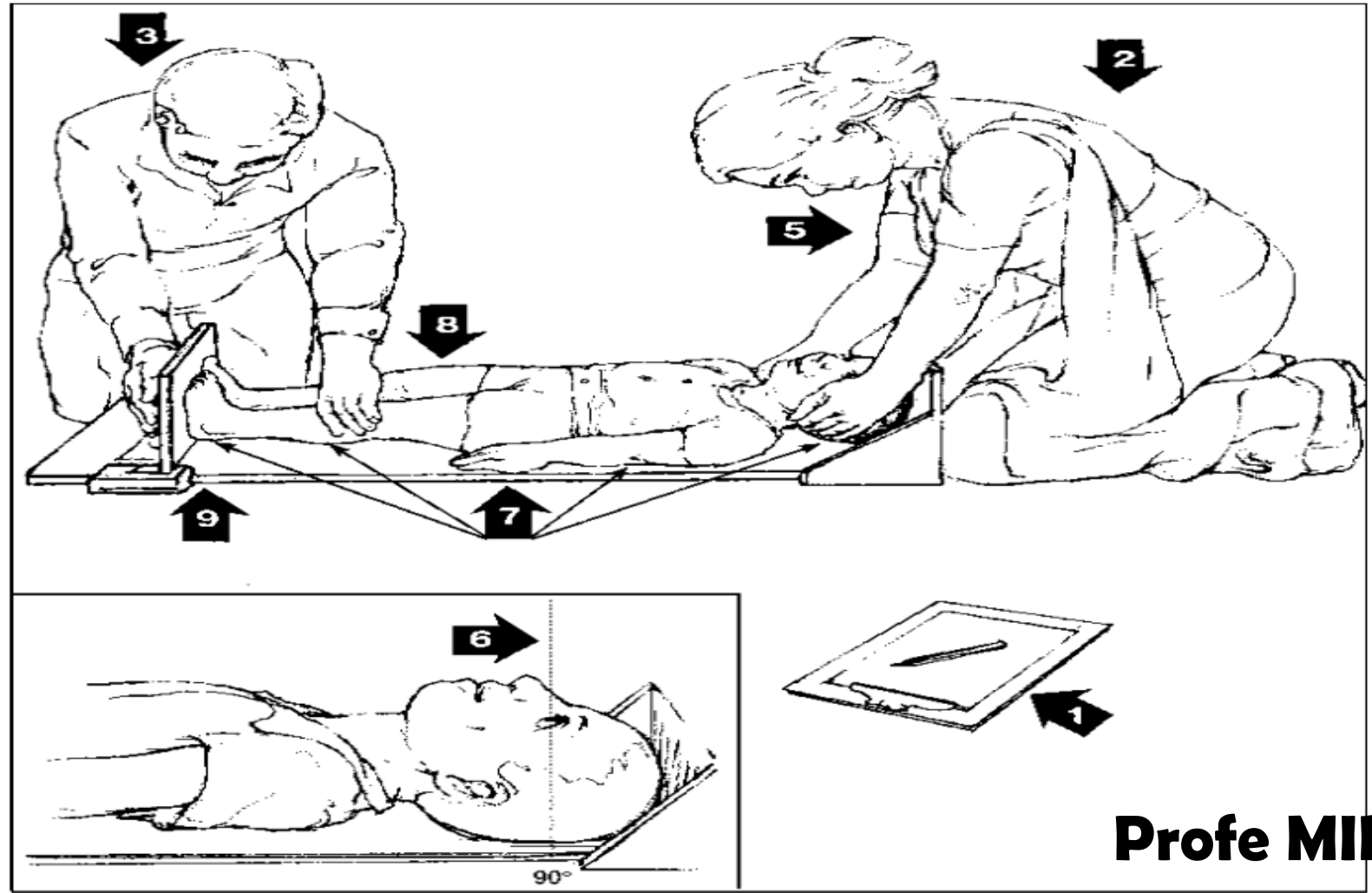
CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL



CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL

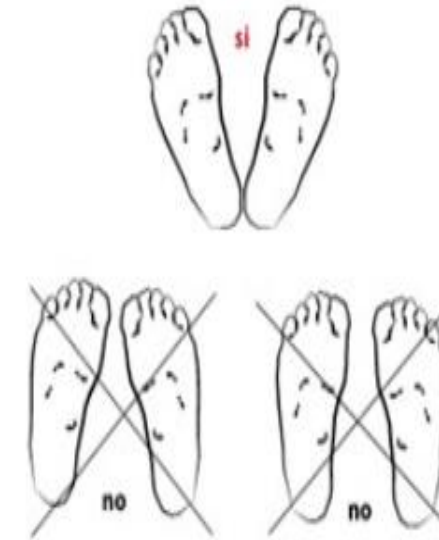
Gráfica 1. Técnica de Medición de la Longitud

Longitud



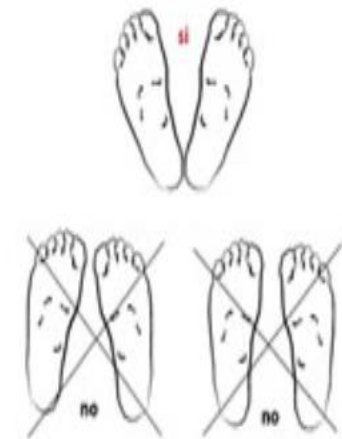
CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL

Peso



CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL

talla



Perímetro braquial

CIRCUNFERENCIA MEDIA DE BRAZO (CMB)

- La evaluación nutricional se debe realizar a los niños de 6 a 59 meses.
- Para determinar el estado nutricional se debe realizar una evaluación completa que incluye: peso y talla/longitud, evaluación de signos clínicos (edema) y cuando no se disponga de equipos antropométricos se utilizará la cinta MUAC.

- ▶ Indicador de masa muscular del brazo, permite evaluar pérdida de masa muscular por desnutrición.
- ▶ Se utiliza en niños desde 6 a 59 meses.

- La medición del perímetro braquial no reemplaza la medición del peso y talla.
- Se debe utilizar solo en casos en los que no se disponga de equipos para medir el peso y la talla/longitud.

CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL



CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL



La medición del perímetro del brazo es una medida rápida, de bajo costo que sirve para determinar el riesgo en una comunidad y seleccionar niños con alto riesgo de mortalidad por desnutrición.

Objetivo:

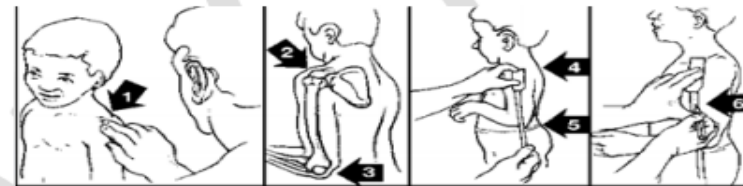
Identificar niños y niñas entre 6 y 60 meses y gestantes con riesgo de muerte asociada a desnutrición, con el fin de brindar la atención requerida de acuerdo a la situación encontrada. Implementar medidas preventivas para evitar el deterioro nutricional y el riesgo de muerte por estas deficiencias.

Instrumentos:

Cinta métrica (preferiblemente la entregada por el ICBF para uso exclusivo de la toma del Perímetro del brazo)

Pasos para la toma de Perímetro del brazo:

- A. Si se trata de un niño o niña menor de 6 meses, se debe realizar el proceso de clasificación nutricional con el indicador de Peso para la Talla P/T.
- B. Verificar la presencia de edema. En caso de ser positivo no se debe tomar la medida y este niño debe ser inmediatamente remitido al Sector Salud. En caso de no encontrar edema, se procede a la medición:



Paso 1: Seleccione el brazo izquierdo, o el no dominante.

Paso 2: Identifique la punta ósea saliente del hombro (acromion)

Paso 3: Identifique la la cabeza del radio (olecranon).

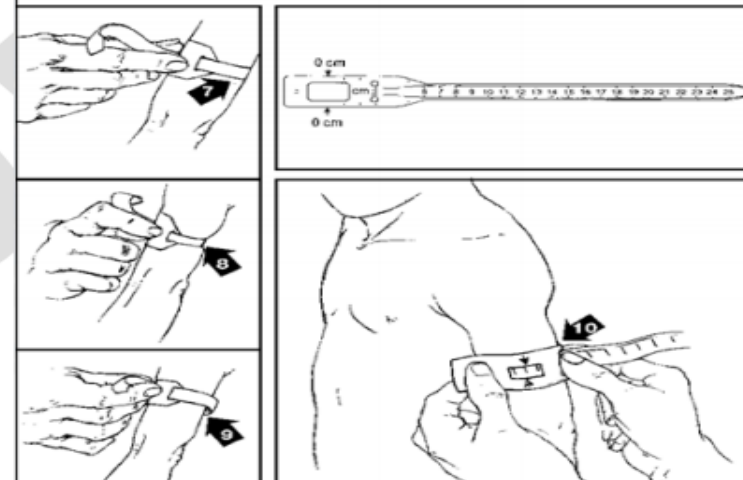
Paso 4 y 5: Desde el hombro a lo largo de la lateral del brazo izquierdo, con el codo flexionado a 90° como se muestra en la figura, hasta la cabeza del radio.

Paso 6: Identifique el punto medio. De ser posible realice una marca pequeña (preferiblemente con lápiz) en el punto medio.

Paso 7: Una vez identificado el punto medio, se deja caer el brazo de manera natural, y se coloca la cinta horizontalmente alrededor del punto indicado.

Paso 8 y 9: Verifique que la cinta no esté demasiado apretada ni demasiado suelta.

Paso 10: Registre la medida que se

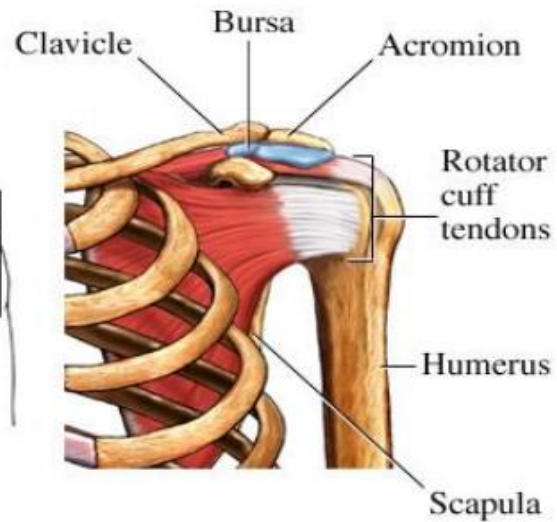
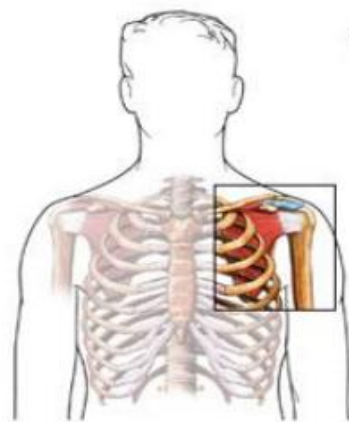


Orientación para la toma de PB

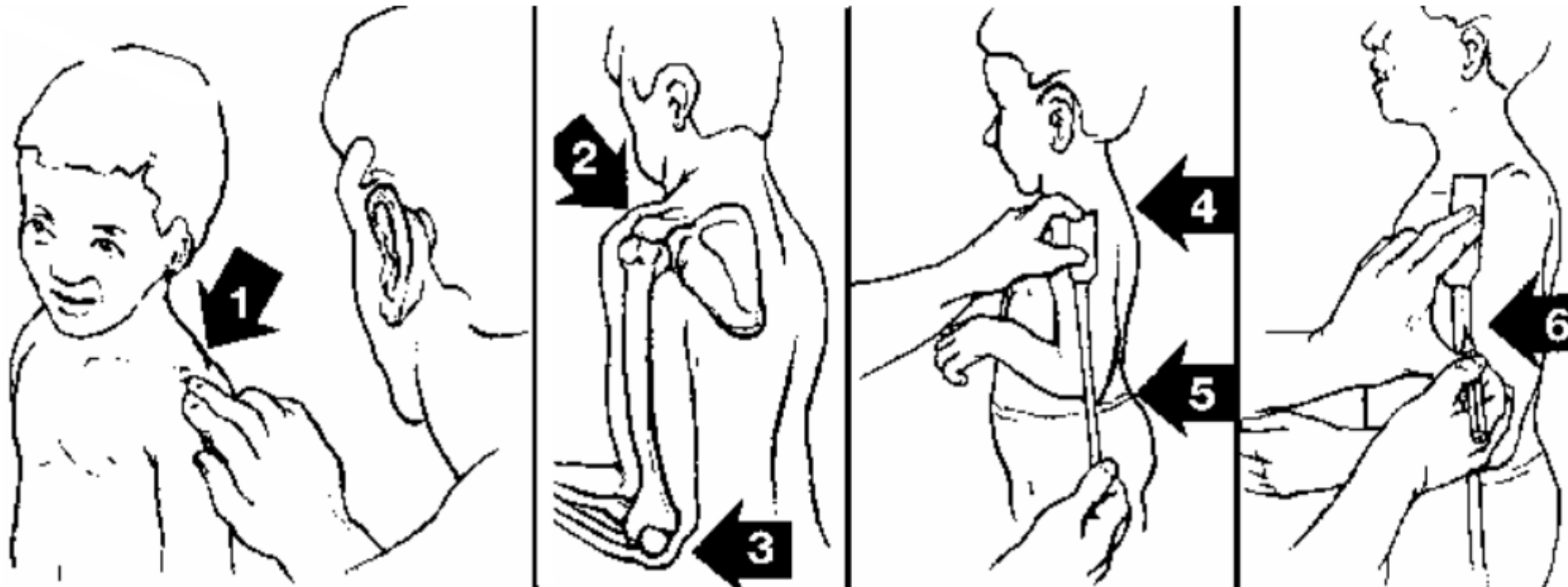
CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL



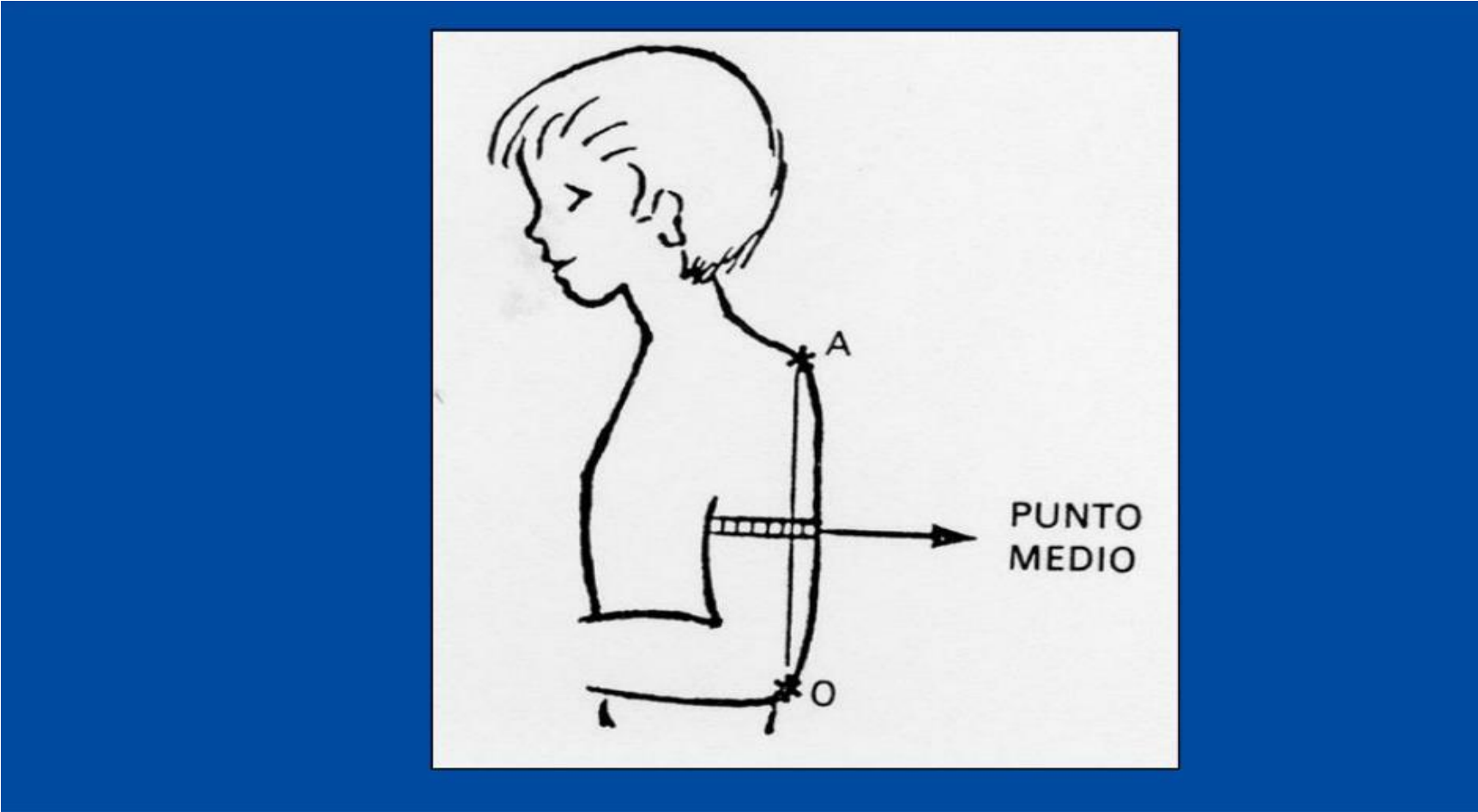
Medición de la Circunferencia del Brazo o Perímetro Braquial



Procedimiento



CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL



CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL



La medición del perímetro del brazo es una medida rápida, de bajo costo que sirve para determinar el riesgo en una comunidad y seleccionar niños con alto riesgo de mortalidad por desnutrición

INTERPRETACION Y CLACIFICACION

INTERPRETACIÓN Y CLASIFICACIÓN

GRUPO DE EDAD	PUNTO DE CORTE	INTERPRETACIÓN	NIVEL DEL RIESGO	ACCIÓN A SEGUIR
Niños y niñas mayores de 6 meses y menores de 60 meses	≤ 11.5 cm	Alerta Presenta alto riesgo de muerte asociada a desnutrición	ROJO	Remisión inmediata a Salud
	Entre ≥ 11.6 cm y ≤ 13.5 cm	Alerta Presenta riesgo de muerte asociada a desnutrición	AMARILLO	Confirme estado nutricional con peso y talla, y Remisión para atención en <i>1.000 días para cambiar el mundo</i>
	≥ 13.6 cm	Negativo para Riesgo de muerte asociada a desnutrición.	VERDE	Confirme estado nutricional con peso y talla. Remitir a <i>1.000 días para cambiar el mundo</i> si cumple con criterios de inclusión.
Mujer Gestante y Madre en periodo de lactancia	≤ 21.5 cm	Riesgo de Bajo peso		Verifique acciones de apoyo alimentario. Remisión inmediata al SGSSS.
	≥ 21.6 cm	Adecuado - Negativo para Tamizaje Nutricional		Confirme estado nutricional IMC/ Edad Gestacional. Verifique acciones de apoyo alimentario.

"No olvide que llevar a cabo cada una de estas actividades en forma oportuna permitirá el éxito en la focalización, prevención y atención de la población"

EL BRAZALETE MUAC

El diagnóstico más rápido.

El brazalete MUAC (del inglés Mid-Upper Arm Circumference o perímetro braquial) es el instrumento en forma de cinta que utilizamos para hacer un diagnóstico rápido de la desnutrición en los menores de 5 años. El diagnóstico se verifica posteriormente con la proporción de peso y talla del niño. El brazalete MUAC está graduado y tiene cuatro franjas de color. Cada color indica un nivel de nutrición.

Verde: estado normal. Perímetro de más de 135 mm.

Amarillo: riesgo de desnutrición. Perímetro de 125 a 134 mm.

Naranja: desnutrición moderada. Perímetro de 110 a 124 mm.

Rojo: desnutrición severa y peligro de muerte. Perímetro inferior a 110 mm.



CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL

Cinta MUAC

Color	Rango	Interpretación
Rojo	0 - 11,5 cm	Desnutrición Aguda Severa
Amarillo	> 11,5 - 12,5 cm	Desnutrición Aguda Moderada
Verde	12,5 - 13,5 cm	Desnutrición Aguda Leve o Riesgo
	> 13,5 cm	Normal

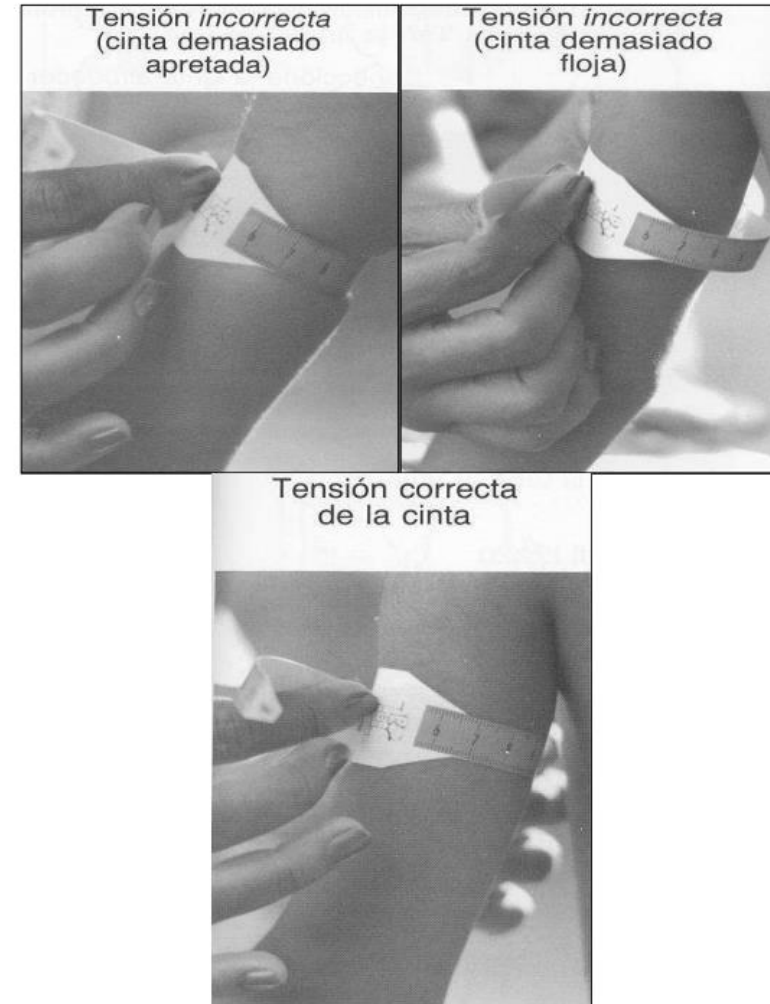


Utilidad del Perímetro Mediobraquial para Evaluación de Malnutrición

- ❖ Medida marcador de peso y perímetro craneal de talla. Útil cuando no se dispone de medidas exactas de peso y talla
- ❖ Presencia de edemas y perímetro mediobraquial (PMB) mejores indicadores de malnutrición grave aguda
- ❖ PMB < 110 mm malnutrición grave: mejor método evaluación nutricional con independencia de edad (simplicidad, exactitud, sensibilidad y especificidad)
- ❖ Buen predictor antropométrico de mortalidad por malnutrición.

CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL

Colocación incorrecta y correcta de la cinta para realizar la medición de la circunferencia media de brazo.

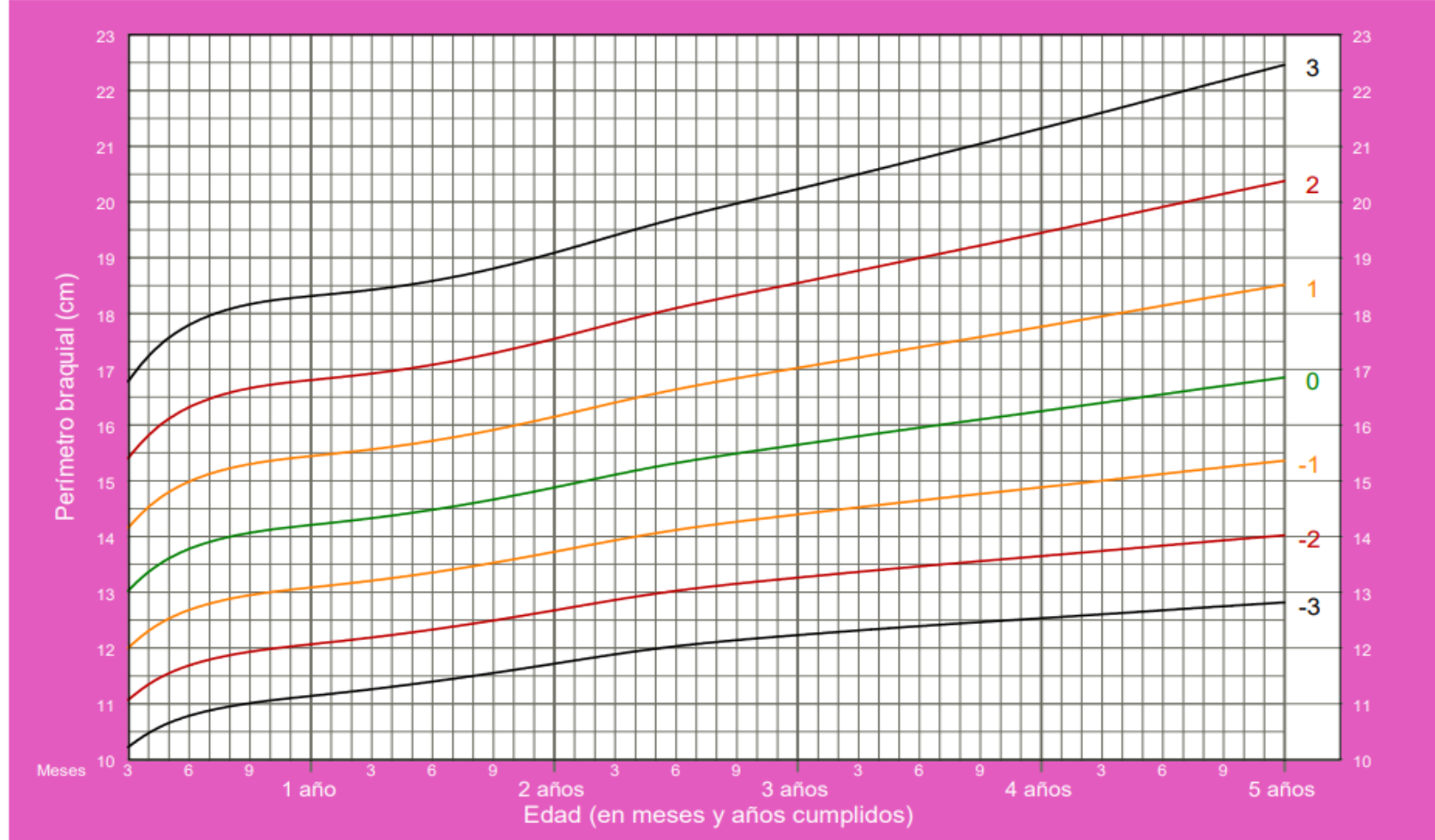


CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL

Perímetro braquial para la edad Niñas



Puntuación Z (3 meses a 5 años)

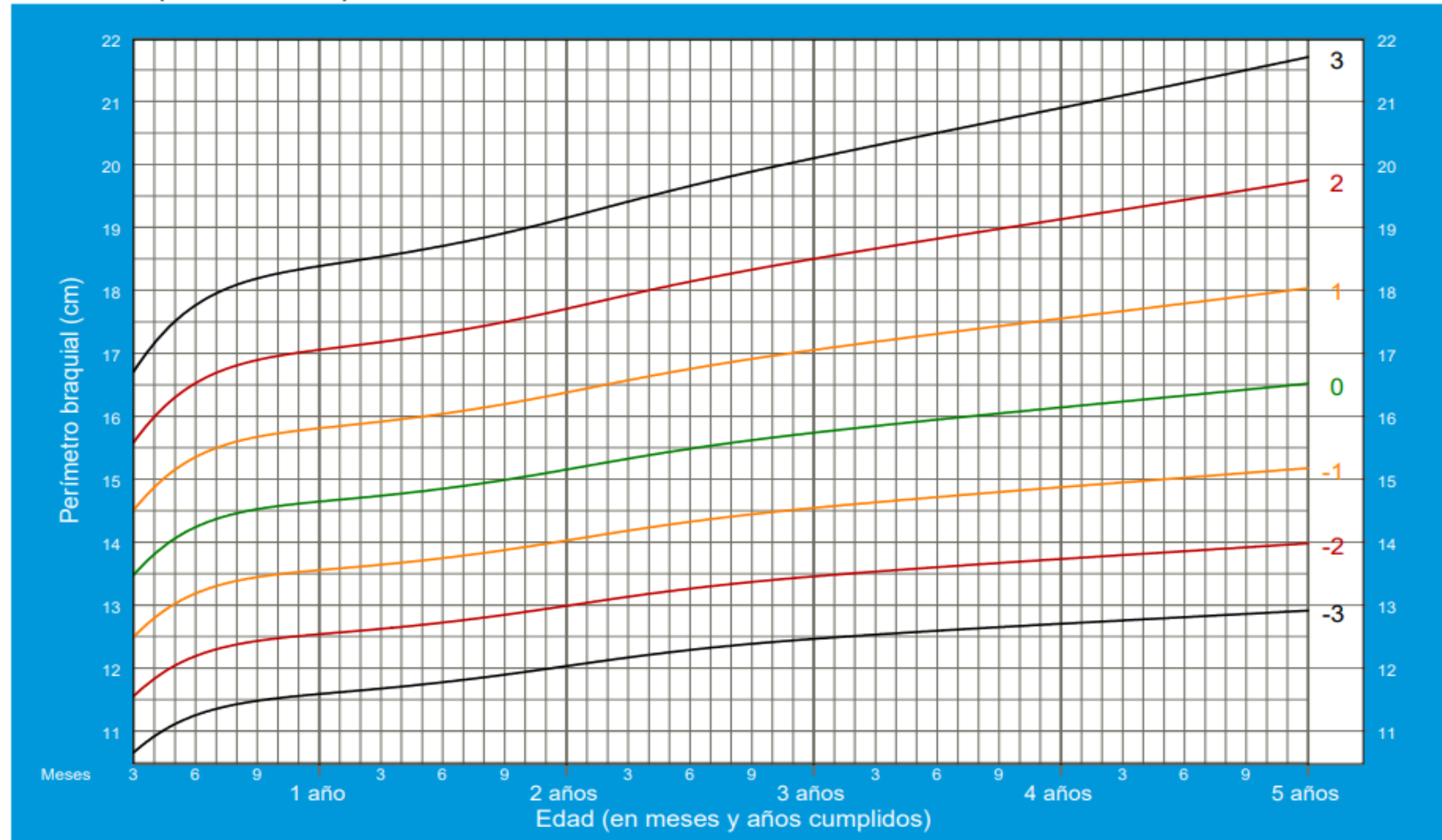


Patrones de crecimiento infantil de la OMS

CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL

Perímetro braquial para la edad Niños

Puntuación Z (3 meses a 5 años)



Patrones de crecimiento infantil de la OMS

LA MEDICIÓN DEL PERÍMETRO CEFÁLICO PARA LA EDAD - PC/E

indica el crecimiento del encéfalo y la evolución de los huesos del cráneo.

Se emplea como parte de la detección de posibles alteraciones neurológicas o del desarrollo en los niños y niñas. Los perímetros tanto pequeños como grandes indican un riesgo para la salud y desarrollo; la medición es menos útil para determinar el estado nutricional o vigilar la respuesta a las intervenciones de nutrición.

En la evaluación del perímetro cefálico, el criterio más importante es integrar el desarrollo psicomotor del niño o niña con su evolución, por lo cual es relevante su seguimiento. El perímetro cefálico se debe tomar rutinariamente hasta los tres años de edad y de este momento en adelante, solo cuando el niño consulte por primera vez.

CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL

RESOLUCIÓN NÚMERO 00002465 DE 14 JUN 2016 PÁGINA 9 DE 47

Continuación de la resolución "Por la cual se adoptan los indicadores antropométricos, patrones de referencia y puntos de corte para la clasificación antropométrica del estado nutricional de niñas, niños y adolescentes menores de 18 años de edad, adultos de 18 a 64 años de edad y gestantes adultas y se dictan otras disposiciones."

1. CLASIFICACION ANTROPOMÉTRICOS	NUTRICIONAL	SEGÚN	INDICADORES
----------------------------------	-------------	-------	-------------

Para la clasificación antropométrica del estado nutricional se debe tener en cuenta:

- a. El indicador antropométrico.
- b. El patrón de referencia.
- c. Los puntos de corte.

Las consideraciones que se presentan a continuación, se determinan a partir de estos aspectos para cada grupo de edad.

1.1. Niñas, Niños y Adolescentes Menores de 18 Años

Los patrones de crecimiento de la OMS.

Los patrones de referencia de la OMS 2006, se basan en un estudio multicéntrico realizado entre 1997 y 2003 en seis países del mundo (Brasil, Ghana, India, Noruega, Omán y EE.UU.) cuyos participantes se seleccionaron sobre la base de un entorno óptimo para el crecimiento apropiado a saber: prácticas de alimentación recomendadas para lactantes y niños pequeños, atención de salud de manera oportuna, madres no fumadoras y otros factores relacionados con un buen estado de salud. Dichas características indican cómo deben crecer todos los niños cuando se siguen prácticas saludables como alimentación con leche materna, adecuada atención de salud y ausencia de tabaquismo.

Clasificación nutricional según indicadores antropométricos

Grupo de edad e indicadores

1.1.1. Indicadores a utilizar en la clasificación antropométrica del estado nutricional de niñas, niños y adolescentes menores de 18 años de edad.

Para la clasificación antropométrica del estado nutricional se deben utilizar los siguientes indicadores diferenciados por sexo y edad.

Cuadro No. 1. Indicadores para la clasificación antropométrica del estado nutricional.

Grupo de edad	Indicador
Menores de 5 años	Peso para la talla
	Talla para la edad
	Perímetro cefálico
	Índice de masa corporal para la edad
	Peso para la edad
De 5 a 17 años	Talla para la edad
	Índice de masa corporal para la edad

1.1.2. Clasificación antropométrica del estado nutricional según indicadores antropométricos y grupos de edad.

Para evaluar el estado nutricional de los niñas, niños y adolescentes, se debe analizar de forma conjunta los indicadores propuestos además de otros factores como son el estado de salud, los antecedentes de alimentación y los controles anteriores de peso y talla, por lo cual es fundamental el seguimiento periódico.

CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL

Puntos de corte

RESOLUCIÓN NÚMERO 00002465DE 14 JUN 2016 PÁGINA 12 DE 47

Continuación de la resolución "Por la cual se adoptan los indicadores antropométricos, patrones de referencia y puntos de corte para la clasificación antropométrica del estado nutricional de niñas, niños y adolescentes menores de 18 años de edad, adultos de 18 a 64 años de edad y gestantes adultas y se dictan otras disposiciones."

de la National Center for Health Statistics - NCHS muestran que este indicador es muy similar al del índice de masa corporal para la edad en niños y niñas de cinco a nueve años de edad. Por ello, la OMS ha publicado solamente el IMC/E para este grupo de edad lo que permite simplificar la clasificación antropométrica del estado nutricional y dar continuidad al indicador del IMC desde el nacimiento hasta la edad adulta.

A continuación se presentan los puntos de corte para cada indicador, su denominación y tipo de uso:

Cuadro No. 3. 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 $\leq +2$	Sobrepeso	
	≥ -1 a $\leq +1$	IMC Adecuado para la Edad	
	≥ -2 a < -1	Riesgo de Delgadez	
	< -2	Delgadez	

*En el IMC para la Edad, +1(DE) es equivalente a un IMC de 25 Kg/m² a los 19 años y, +2 (DE) es equivalente a un IMC de 30 kg/m² en la misma edad, lo cual guarda relación con el IMC utilizado en la clasificación antropométrica nutricional de los adultos.

CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL

Clasificación antropométrica del estado nutricional

RESOLUCIÓN NÚMERO 00002465 DE 14 JUN 2016 PÁGINA 11 DE 47

Continuación de la resolución "Por la cual se adoptan los indicadores antropométricos, patrones de referencia y puntos de corte para la clasificación antropométrica del estado nutricional de niñas, niños y adolescentes menores de 18 años de edad, adultos de 18 a 64 años de edad y gestantes adultas y se dictan otras disposiciones."

Cuadro No. 2. 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	
IMC para la Edad (IMC/E)	> +3	Obesidad	Poblacional
	> +2 a ≤ +3	Sobrepeso	
	> +1 a ≤ +2	Riesgo de Sobrepeso	
	≤ +1	No Aplica (Verificar con P/T)	
Peso para la Edad (P/E)	> +1	No Aplica (Verificar con IMC/E)	
	≥ -1 a ≤ +1	Peso Adecuado para la Edad	
	≥ -2 a < -1	Riesgo de Desnutrición Global.	
	< -2	Desnutrición Global	

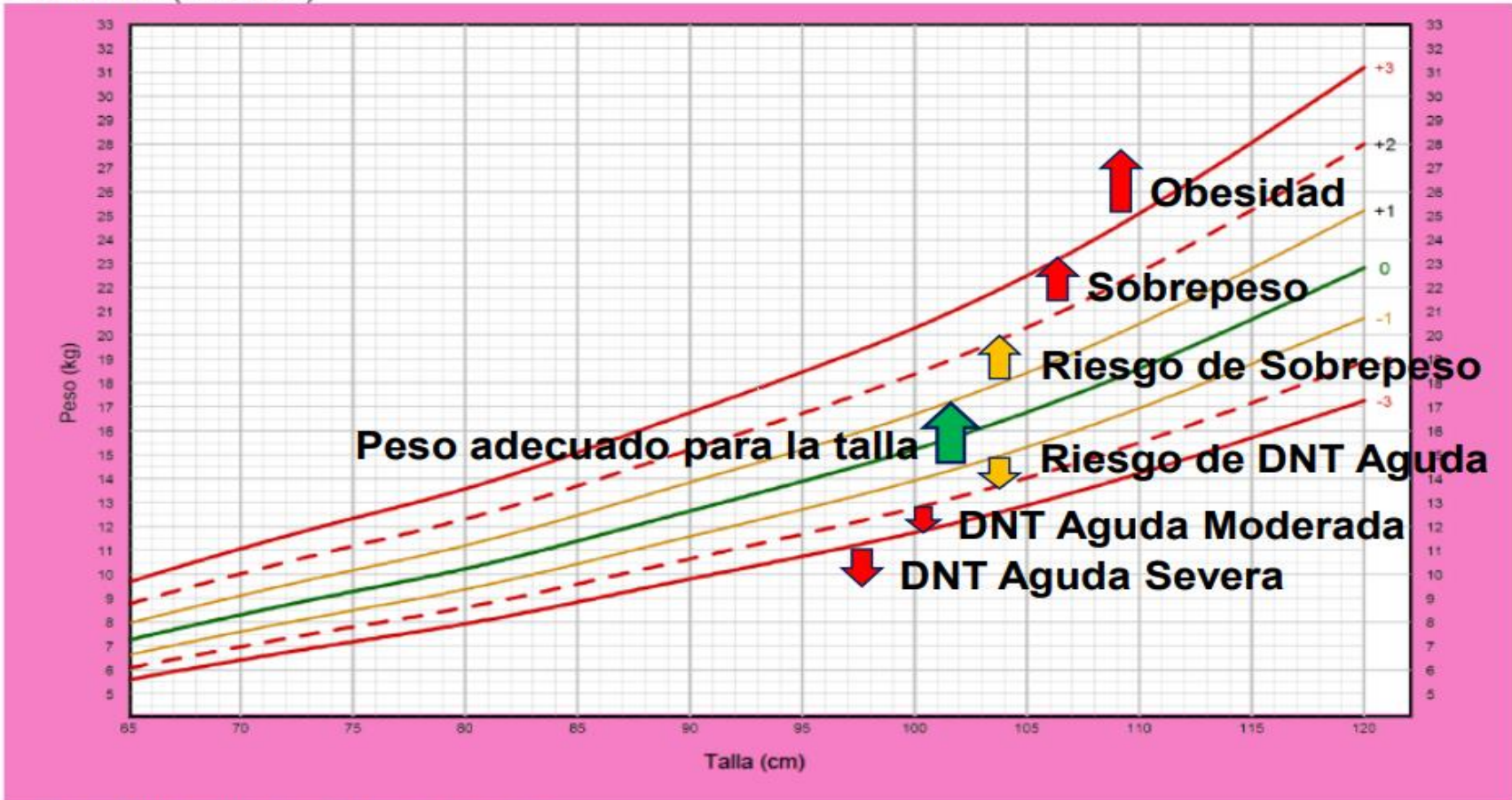
* El total de menores de cinco años con desnutrición aguda se obtiene al sumar la desnutrición aguda moderada y la desnutrición aguda severa.

CURSO: VALORACIÓN Y SEGUIMIENTO NUTRICIONAL



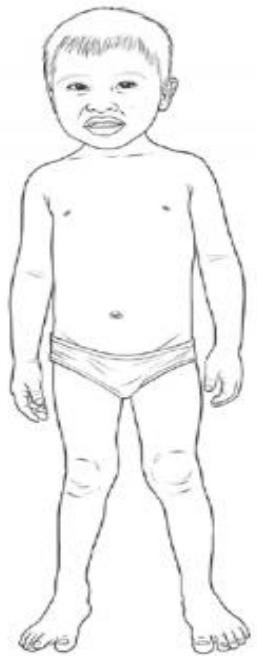
Peso para la Talla Niñas

Puntuación Z (2 a 5 años)



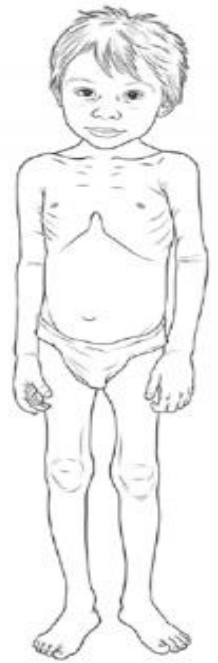
Resolución MINSALUD 2465 del 14 de Junio de 2016 publicada en el diario oficial numero 499926 el 06/07/2016.

Apariencia de la Desnutrición



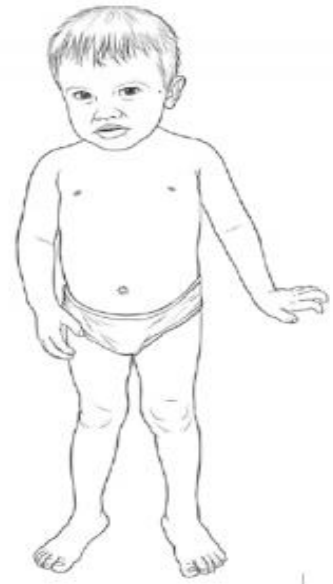
Adecuado
Peso adecuado para la talla y talla adecuada para la edad

 **Excluye**



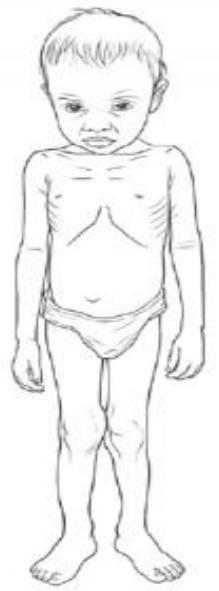
Desnutrición aguda
Peso bajo para la talla y talla adecuada para la edad

 **Incluye**



Retraso en talla
Peso adecuado para la talla y baja talla para la edad

 **Excluye**



Desnutrición aguda
Peso bajo para la talla y baja talla para la edad

 **Incluye**

Actividad practica