



Servicio Andaluz de Salud
CONSEJERÍA DE SALUD

HOSPITAL LA INMACULADA
ÁREA SANITARIA NORTE ALMERÍA

**SERVICIO DE MEDICINA INTERNA
INFORMACION NUTRICIONAL**

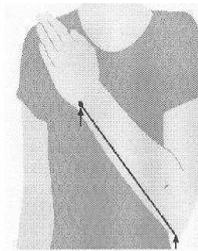
DATOS ANTROPOMÉTRICOS. ALTERNATIVAS.

- 1.- Talle y pese al paciente. Determine el IMC: peso (Kg) / talla² (m).
- 2.- Si no se puede tallar (encamado, deformidad articular) utilice la altura documentada reciente o la altura referida por el paciente (si es fiable). Si ninguna de estas opciones es factible, calcule la altura mediante una medida alternativa. Utilice la siguiente tabla para convertir la longitud del antebrazo (cm) en altura (m):

Talla estimada a partir de la longitud del antebrazo

Talla	Hombre < 65 años	1,94	1,93	1,91	1,89	1,87	1,85	1,84	1,82	1,80	1,78	1,76	1,75	1,73	1,71
Talla	Hombre > 65 años	1,87	1,86	1,84	1,82	1,81	1,79	1,78	1,76	1,75	1,73	1,71	1,70	1,68	1,67
Longitud antebrazo (cm)		32,0	31,5	31,0	30,5	30,0	29,5	29,0	28,5	28,0	27,5	27,0	26,5	26,0	25,5
Talla	Mujer < 65 años	1,84	1,83	1,81	1,80	1,79	1,77	1,76	1,75	1,73	1,72	1,70	1,69	1,68	1,66
Talla	Mujer > 65 años	1,84	1,83	1,81	1,79	1,78	1,76	1,75	1,73	1,71	1,70	1,68	1,66	1,65	1,63
Longitud antebrazo (cm)		32,0	31,5	31,0	30,5	30,0	29,5	29,0	28,5	28,0	27,5	27,0	26,5	26,0	25,5
Talla	Hombre < 65 años	1,69	1,67	1,66	1,64	1,62	1,60	1,58	1,57	1,55	1,53	1,51	1,49	1,48	1,46
Talla	Hombre > 65 años	1,65	1,63	1,62	1,60	1,59	1,57	1,56	1,54	1,52	1,51	1,49	1,48	1,46	1,45
Longitud antebrazo (cm)		25,0	24,5	24,0	23,5	23,0	22,5	22,0	21,5	21,0	20,5	20,0	19,5	19,0	18,5
Talla	Mujer < 65 años	1,65	1,63	1,62	1,61	1,59	1,58	1,56	1,55	1,54	1,52	1,51	1,50	1,48	1,47
Talla	Mujer > 65 años	1,61	1,60	1,58	1,56	1,55	1,53	1,52	1,50	1,48	1,47	1,45	1,44	1,42	1,40
Longitud antebrazo (cm)		25,0	24,5	24,0	23,5	23,0	22,5	22,0	21,5	21,0	20,5	20,0	19,5	19,0	18,5

LONGITUD ANTEBRAZO



Ponga el brazo izquierdo cruzando el pecho con los dedos apuntando al hombro opuesto y mida la longitud entre el codo y el punto medio más prominente de la muñeca (apófisis estiloides). Mida la longitud en centímetros redondeando en 0,5

- 3.- Si no se puede pesar al paciente, utilice un peso reciente documentado o el peso referido por el paciente (si es fiable).
- 4.- Si la altura y el peso no pueden ser medidos u obtenidos, el IMC puede ser estimado usando la circunferencia del brazo (CB):
 - Si CB es < 23,5 cm, probablemente corresponda a un IMC < 20 Kg/m².
 - Si CB es > 32,0 cm, el IMC es probablemente > 30 Kg/m².
- 5.- La CB puede ser también usada para estimar el cambio en el peso en un periodo de tiempo dado y puede ser útil en pacientes crónicos. La CB debe medirse repetidamente a lo largo de un periodo de tiempo, preferiblemente tomando dos mediciones en cada observación y usando la media. Cambios de CB de al menos un 10% probablemente correspondan a cambios de peso y de IMC del 10% o más.

CIRCUNFERENCIA BRAQUIAL

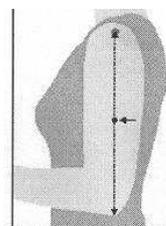


Fig. 1

Localización del punto medio: el brazo del paciente deberá estar pegado al cuerpo, formando un ángulo recto con el antebrazo; la cinta métrica se colocará verticalmente entre el acromion de la escápula y el olécranon del codo. Marcar a mitad de la distancia entre estos dos puntos.

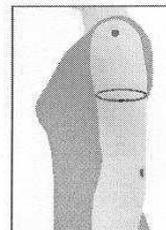


Fig. 2

Medida: se extenderá el brazo del paciente a lo largo del cuerpo y se rodeará con la cinta métrica, a la altura del punto medio, sin efectuar excesiva presión.