

Temas 1 – 2

Sugerencias para el maestro impartidor:

Es importante que en el trayecto de la explicación de los temas se muestre al alumno formatos de historia clínica para diferentes paciente. Asimismo, recuerde a los alumnos que la anamnesis alimentaria es una de las formas de obtener información sobre el tipo, calidad y frecuencia de la alimentación habitual de una persona.

Sugerencias para el tutor:

Es importante que en el momento de contactarse con los alumnos, el maestro insista en la importancia de los elementos que conforman la historia clínica – nutricional. Asimismo, recuerde a los alumnos que la anamnesis alimentaria es una de las formas de obtener información sobre el tipo, calidad y frecuencia de la alimentación habitual de una persona.

Temas 3 – 5

Sugerencias para el maestro impartidor:

Permita que los alumnos formulen varias respuestas en cada caso. Recuerde que lo que importa es el proceso de pensamiento. El caso uno puede tener diversas explicaciones de origen biológico y/o nutricional. El caso dos se debe a que la única fuente de carbohidratos fue el arroz blanco (descascarillado), consumido muy frecuentemente en Asia, los factores de higiene son adicionales, estos casos se presentaron en años anteriores y se debieron a la carencia de Tiamina (B₁); sin embargo si los alumnos concluyen que aparte de esta carencia pudieron adquirir infecciones, es una probabilidad que puede aceptar, pero haga hincapié (en la demostración) en que no se presentaron datos contundentes de infección (no se mencionó presencia de fiebre). Por otra parte, si indican además de carencia de tiamina, de otros nutrientes, es correcto.

Si considera necesario, mencione casos clínicos que orienten al alumno en la identificación de los signos o síntomas que se presentan en cada caso.

Sugerencias para el tutor:

Puede abrir un foro de discusión sobre los casos presentados, permita que los alumnos formulen varias posibles respuestas en cada caso. Recuerde que lo que importa es el proceso de pensamiento. El caso uno puede tener diversas explicaciones de origen biológico y/o nutricional. El caso dos se debe a que la única fuente de carbohidratos fue el arroz blanco (descascarillado), consumido muy frecuentemente en Asia, los factores de higiene son adicionales, estos casos se presentaron en años anteriores y se debieron a la carencia de Tiamina (B₁); sin embargo si los alumnos concluyen que aparte de esta carencia pudieron adquirir infecciones, es una probabilidad que puede aceptar, pero haga hincapié , al finalizar la actividad, en que no se presentaron datos contundentes de infección (no se mencionó presencia de fiebre). Por otra parte, si indican además de carencia de tiamina, de otros nutrientes, es correcto.

Si considera necesario, mencione casos clínicos que orienten al alumno en la identificación de los signos o síntomas que se presentan en cada caso.

Revisar constantemente los avances para asegurarse que los alumnos siguen avanzando y dar retroalimentación inmediata. Reubicarlos en caso de que la información que han encontrado no los vaya a conducir a un buen análisis y solución del problema.

Tema 6-7

Sugerencias para el maestro impartidor:

Guíe a los alumnos para que utilicen referencias de parámetros antropométricos aprobados, permita que realicen inferencias sobre el diagnóstico nutricional aproximado. Tienen libertad de realizar la actividad de modo manual o por computadora.

Sugerencias para el tutor:

Guíe a los alumnos para que utilicen referencias de parámetros antropométricos aprobados, permita que realicen inferencias sobre el diagnóstico nutricional aproximado.

Tema 8-10**Sugerencias para el maestro impartidor:**

Guíe a los alumnos para que apliquen correctamente la toma de medidas antropométricas.

Respuestas de la autoevaluación:

1. Con los datos antropométricos se puede dar un diagnóstico acertado e idear un plan alimenticio.

Respuesta: Falso

2. Se debe de seguir un método estandarizado para lograr la precisión en la toma de medidas antropométricas.

Respuesta: Verdadero

3. Los índices antropométricos son el resultado de la combinación de las medidas de un individuo.

Respuesta: Verdadero

4. Cualquier persona puede llevar a cabo la toma de medidas antropométricas.

Respuesta: Falso

5. El índice cintura - cadera evalúa el grado de desnutrición en niños.

Respuesta: Falso

6. El Índice de Masa Corporal se obtiene por la relación entre el peso y la edad.

Respuesta: Falso

7. Los datos antropométricos básicos son: la edad y la talla.

Respuesta: Falso

8. Con los avances en la tecnología antropométrica se podrán obtener imágenes en 3D lo cual podría eliminar los errores humanos al tomar las medidas.

Respuesta: Verdadero

9. El estudio de bioimpedancia eléctrica sí se recomienda en pacientes que padecen deshidratación.

Respuesta: Falso

Sugerencias para el tutor:

Guíe a los alumnos para que apliquen correctamente la toma de medidas antropométricas.

Respuestas de la autoevaluación:

1. Con los datos antropométricos se puede dar un diagnóstico acertado e idear un plan alimenticio.

Respuesta: Falso

2. Se debe de seguir un método estandarizado para lograr la precisión en la toma de medidas antropométricas.

Respuesta: Verdadero

3. Los índices antropométricos son el resultado de la combinación de las medidas de un individuo.

Respuesta: Verdadero

4. Cualquier persona puede llevar a cabo la toma de medidas antropométricas.

Respuesta: Falso

5. El índice cintura - cadera evalúa el grado de desnutrición en niños.

Respuesta: Falso

6. El Índice de Masa Corporal se obtiene por la relación entre el peso y la edad.
Respuesta: Falso
7. Los datos antropométricos básicos son: la edad y la talla.
Respuesta: Falso
8. Con los avances en la tecnología antropométrica se podrán obtener imágenes en 3D lo cual podría eliminar los errores humanos al tomar las medidas.
Respuesta: Verdadero
9. El estudio de bioimpedancia eléctrica sí se recomienda en pacientes que padecen deshidratación.
Respuesta: Falso

Tema 11-12

Sugerencias para el maestro impartidor

- Guíe a los alumnos a partir de su trabajo en parejas para que realicen una búsqueda sobre los formatos que se utilizan a nivel profesional; también es válido que ellos traten de enriquecerlo o hacer aportaciones.

Respuestas de la autoevaluación:

1. Formato que contiene la descripción de alimentos y bebidas que suele consumir un sujeto. Incluye las opciones comunes para cada tipo de comida.
 - a. **Cuestionario de frecuencia de consumo**
 - b. Recordatorio de 24 horas
 - c. Perfil de dieta habitual
 - d. Registro directo de consumo
2. Una de las desventajas de este método es que el paciente a veces olvida algunos alimentos que ingirió, por lo cual se diseñó un formato de pasos múltiples.
 - a. Perfil de dieta habitual
 - b. **Recordatorio de 24 horas**
 - c. Cuestionario de frecuencia de consumo
 - d. Duplicación
3. En este método se hace una lista de alimentos que consume el paciente y el número de veces que los consume, las anotaciones pueden ser diarias, quincenales o mensuales.
 - a. Perfil de dieta habitual
 - b. Duplicación
 - c. Recordatorio de 24 horas
 - d. **Cuestionario de frecuencia de consumo**
4. Método más usado para evaluar la ingesta alimentaria.
 - a. Cuestionario de frecuencia de consumo
 - b. Perfil de la dieta habitual
 - c. **Recordatorio de 24 horas**
 - d. Dieta habitual
5. El recordatorio de 24 horas puede no ser fidedigno cuando...
 - a. El patrón de alimentación es el habitual
 - b. No se presentan cambios significativos
 - c. Los resultados del agua doblemente marcada coincide con los datos
 - d. **La alimentación del día anterior fue muy diferente**

Sugerencias para el tutor:

- Guíe a los alumnos a partir de su trabajo en parejas para que realicen una búsqueda sobre los formatos que se utilizan a nivel profesional; también es válido que ellos traten de

enriquecerlo o hacer aportaciones.

Respuestas de la autoevaluación:

1. Formato que contiene la descripción de alimentos y bebidas que suele consumir un sujeto. Incluye las opciones comunes para cada tipo de comida.
 - a. **Cuestionario de frecuencia de consumo**
 - b. Recordatorio de 24 horas
 - c. Perfil de dieta habitual
 - d. Registro directo de consumo
2. Una de las desventajas de este método es que el paciente a veces olvida algunos alimentos que ingirió, por lo cual se diseñó un formato de pasos múltiples.
 - a. Perfil de dieta habitual
 - b. **Recordatorio de 24 horas**
 - c. Cuestionario de frecuencia de consumo
 - d. Duplicación
3. En este método se hace una lista de alimentos que consume el paciente y el número de veces que los consume, las anotaciones pueden ser diarias, quincenales o mensuales.
 - a. Perfil de dieta habitual
 - b. Duplicación
 - c. Recordatorio de 24 horas
 - d. **Cuestionario de frecuencia de consumo**
4. Método más usado para evaluar la ingesta alimentaria.
 - a. Cuestionario de frecuencia de consumo
 - b. Perfil de la dieta habitual
 - c. **Recordatorio de 24 horas**
 - d. Dieta habitual
5. El recordatorio de 24 horas puede no ser fidedigno cuando...
 - a. El patrón de alimentación es el habitual
 - b. No se presentan cambios significativos
 - c. Los resultados del agua doblemente marcada coincide con los datos
 - d. **La alimentación del día anterior fue muy diferente**

Tema 13-15

Sugerencias para el maestro impartidor:

- Guíe a los alumnos a buscar una guía alimentaria de acuerdo a las características culturales del paciente.
- En los recursos de apoyo se encuentra material que les ayudará a evaluar el contenido de nutrientes de la dieta.
- Las recomendaciones que establezcan son basadas en la guía y pueden presentarlas en forma de menú para uno, tres o siete días, de acuerdo a su creatividad y tiempo del que dispongan.
- No se profundiza mucho en la exactitud del plan de dieta puesto que el curso se trata de evaluación nutricional no cálculo dietético, lo cual verán en cursos posteriores.
- Si el tiempo y los recursos de los que disponen los alumnos lo permiten, pueden utilizar un *software* para evaluación nutricional aun cuando tengan que agregar datos ficticios, con la finalidad de que ellos practiquen.

El siguiente *software* ofrece una demo gratis:

<http://nutrikcal.mx/NkVODemo.htm>

Este *software* es relativamente económico:

<http://www.nutrifastonline.com/paquetes/>

Sugerencias para el tutor:

- Guíe a los alumnos a buscar una guía alimentaria de acuerdo a las características culturales del paciente.
- En los recursos de apoyo se encuentra material que les ayudará a evaluar el contenido de nutrientes de la dieta.
- Las recomendaciones que establezcan son basadas en la guía y pueden presentarlas en forma de menú para uno, tres o siete días, de acuerdo a su creatividad y tiempo del que dispongan.
- No se profundiza mucho en la exactitud del plan de dieta puesto que el curso se trata de evaluación nutricional no cálculo dietético, lo cual verán en cursos posteriores.
- Si el tiempo y los recursos de los que disponen los alumnos lo permiten, pueden utilizar un *software* para evaluación nutricional aun cuando tengan que agregar datos ficticios, con la finalidad de que ellos practiquen.

El siguiente *software* ofrece una demo gratis:

<http://nutrikcal.mx/NkVODemo.htm>

Este *software* es relativamente económico:

<http://www.nutrifastonline.com/paquetes/>