

Renut (2010) 4 (13) 640-653

## **Evaluación nutricional en pediatría**

Teresa Herrera López<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Nutricionista. Encargada de la oficina de difusión científica IIDENUT.  
Email: teresa.herrera@iidenut.com

Capacidades adquiridas: Al finalizar el artículo, los lectores podrán:

- a. Comprender el valor de realizar una correcta evaluación nutricional a niños y adolescentes.
- b. Entender la importancia de aporte nutricional en el estado de salud de niños y adolescentes.
- c. Orientar a los profesionales nutricionistas sobre la forma correcta y unificada de evaluar a niños y adolescentes.

**Palabras claves:** *Estado nutricional, antropometría, IMC niños, masa magra, masa extracelular, la masa celular corporal, deficiencias nutricionales, percentiles*

---

### **Resumen**

El estado de nutrición adecuado es el resultado final del balance que debe existir entre lo que se ingiere y lo que se necesita. Cuando el aporte de nutrientes no es adecuado -ya sea por insuficiencia o por exceso-, el cuerpo inicia un proceso paulatino de adaptaciones metabólicas para proteger el buen funcionamiento de los órganos vitales. En el caso de un aporte insuficiente, los nutrientes disponibles se re-direccionan, con el objetivo de proteger el funcionamiento de los órganos vitales y en el caso de exceso de nutrientes, estos procesos metabólicos toman otro camino produciéndose una acumulación de estos. La importancia de evaluar el estado nutricional de una persona, y sobretodo de un niño, está directamente relacionada con la capacidad de respuesta del organismo frente a diferentes situaciones. Lamentablemente, muchas veces y por diferentes razones la evaluación del estado de nutrición del niño no tiene el suficiente nivel de detalle y se restringe básicamente a la valoración de parámetros antropométricos.

Sin embargo, para obtener un correcto diagnóstico nutricional en niños y adolescentes, se deben tener en cuenta los siguientes componentes en la evaluación del estado nutricional: identificación de signos clínicos de deficiencias nutricionales, análisis de la ingesta de alimentos y de los factores que la puedan afectar, determinación de la actividad física del niño, estudio del patrón de crecimiento y la composición corporal y análisis de parámetros bioquímicos diversos.