



## Resolución Directoral

Santa Anita, 25 de agosto de 2023

Visto el Expediente N° 23MP-09570-00, conteniendo el Memorando N° 187-SN-HHV-2023, mediante el cual la Jefa del Departamento de Apoyo al Tratamiento y el Jefe del Servicio de Nutrición y Dietética elevan el proyecto de las "Guías Técnicas de Procedimientos de Nutrición y Dietética del Hospital Hermilio Valdizán y solicita su aprobación;

### CONSIDERANDO:

Que, el artículo VI del Título Preliminar de la Ley N° 26842, Ley General de Salud, establece que es responsabilidad del Estado promover las condiciones que garanticen una adecuada cobertura de prestaciones de salud a la población, en términos socialmente aceptables de seguridad, oportunidad y calidad, con arreglos a los principios de equidad;

Que, el numeral 72.2 del artículo 72 del Texto Único Ordenado de la Ley N° 27444, Ley del Procedimiento Administrativo General, establece que, toda Entidad es competente para realizar las tareas materiales internas necesarias para el eficiente cumplimiento de su misión y objetivos, así como para la distribución de las atribuciones que se encuentren comprendidas dentro de su competencia;

Que, el Hospital Hermilio Valdizán es un órgano desconcentrado del Ministerio de Salud, dependiente de la Dirección de Redes Integradas en Salud de Lima Este, que brinda atención especializada en salud mental, categoría III-1 y tiene la misión de prestar servicios altamente especializados en salud mental y psiquiatría con calidad, equidad y eficiencia a través de equipos multidisciplinarios; desarrollando acciones de promoción, prevención, recuperación y rehabilitación en el individuo, la familia y la comunidad; contribuyendo a crear entornos de vidas saludables con énfasis en las poblaciones de alto riesgo y realizando actividades de enseñanza e investigación;

Que, conforme al segundo párrafo del artículo 5° del Reglamento de Establecimientos de Salud y Servicios Médicos de Apoyo, aprobado por Decreto Supremo N° 013-2006-SA, establece que los establecimientos de salud, deben contar con manuales de procedimientos, guías de práctica clínica referidos a la atención de los pacientes, personal, suministros, mantenimiento, seguridad, y otros que sean necesarios, según sea el caso;

Que, de acuerdo al artículo 39° del Reglamento de Organización y Funciones del Hospital Hermilio Valdizán, aprobado por Resolución Ministerial N° 797-2003-SA/DM, el Servicio de Nutrición y Dietética es la unidad orgánica encargada de promover, proteger y recuperar la salud nutricional del paciente y depende del Departamento de Apoyo al Tratamiento, y tiene entre sus objetivos funcionales, promover y recuperar la salud nutricional del paciente, así como asegurar el suministro de las raciones alimenticias a los pacientes y efectuar la evaluación del contenido nutricional y otras especificaciones de la alimentación, a fin de cubrir las necesidades nutricionales de los pacientes y del personal según las normas vigentes;

Que, mediante documento de visto, la Jefa del Departamento de Apoyo al Tratamiento y el Jefe del Servicio de Nutrición y Dietética solicitan la aprobación de tres (e) guías técnicas de procedimientos de Nutrición y Dietética;



Que, mediante Informe N° 124-UO-OEPE-HHV-2023 y Nota Informativa N° 155-OEPE-HHV-2023, la Oficina Ejecutiva de Planeamiento Estratégico emite opinión favorable a las guías técnicas propuestas, las cuales cumplen con la normativa contenida en la Resolución Ministerial N° 826-2021/MINSA, que aprueba las Normas para la Elaboración de Documentos Normativos del Ministerio de Salud; por lo que se hace necesario la emisión del respectivo acto resolutivo;

Estando a lo informado por la Oficina de Asesoría Jurídica en el Informe N° 294-OAJ-HHV-2023;

Con el visado de la Jefa del Departamento de Apoyo al Tratamiento, del Jefe de la Oficina de Asesoría Jurídica, y de la Directora Ejecutiva de la Oficina Ejecutiva de Planeamiento Estratégico; y,

En uso de las facultades conferidas por el artículo 11° inciso c), del Reglamento de Organización y Funciones del Hospital "Hermilio Valdizán", aprobado por Resolución Ministerial N° 797-2003-SA/DM;

**SE RESUELVE:**

**Artículo 1.-** Aprobar las Guías Técnicas de Procedimientos de Nutrición y Dietética del Hospital Hermilio Valdizán, que comprenden a tres (3) procedimientos de nutrición y dietética, y que forman parte de la presente Resolución, las mismas que se detallan a continuación:

- 1) Guía Técnica de Procedimientos de Nutrición y Dietética: Atención en Nutrición;
- 2) Guía Técnica de Procedimientos de Nutrición y Dietética: Control y Evaluación Nutricional (IMC) Registro Individual; y
- 3) Guía Técnica de Procedimientos de Nutrición y Dietética: Consejería Nutricional: Alimentación Saludable.

**Artículo 2.-** Disponer que el Servicio de Nutrición y Dietética del Departamento de Apoyo al Tratamiento se encargue de la difusión, seguimiento y cumplimiento de las guías técnicas aprobadas por el artículo 1 de la presente Resolución.

**Artículo 3.-** Encargar a la Oficina de Estadística e Informática, la publicación de la presente Resolución en el Portal Web Institucional del Hospital Hermilio Valdizán.

Regístrese y comuníquese.

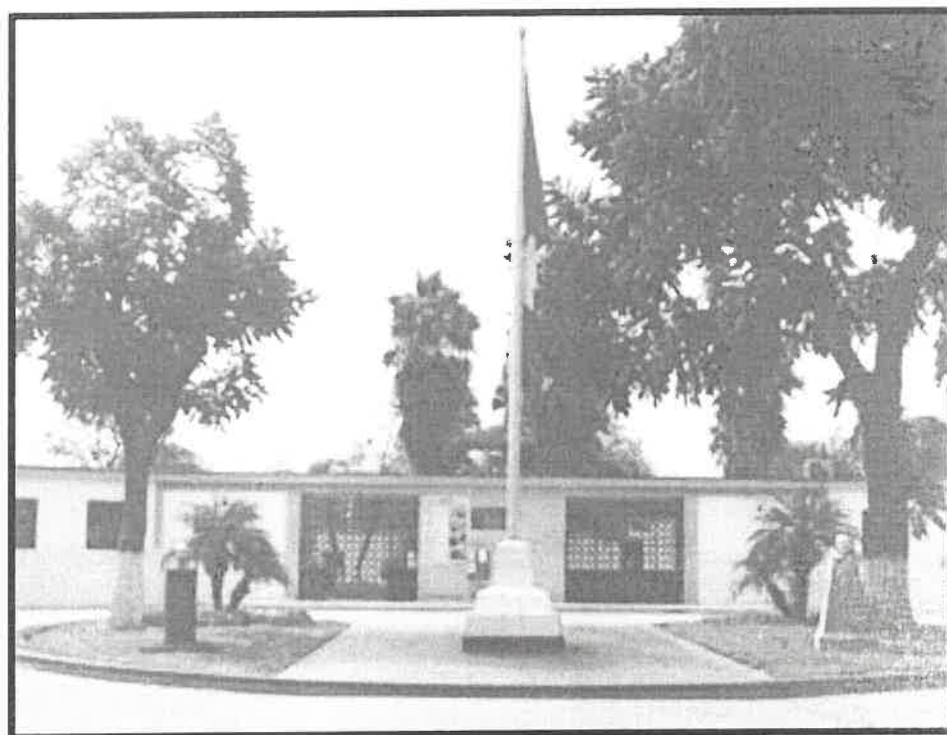
MINISTERIO DE SALUD  
Hospital "Hermilio Valdizán"

Dra. Gloria Luz Cueva Vergara  
Directora General (a)  
C.M.P. N° 21499 R.N.E. 12799

GLCV/ OACH  
DISTRIBUCIÓN  
OEPE  
DAD  
OAJ.  
OEI  
SND



# GUÍAS TÉCNICAS DE PROCEDIMIENTOS DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA



**DEPARTAMENTO DE APOYO AL  
TRATAMIENTO**

**SERVICIO DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**

**2023**



## DIRECTORIO

- **DIRECTORA GENERAL**  
Dra. GLORIA LUZ CUEVA VERGARA
- **JEFE DEPARTAMENTO DE APOYO AL TRATAMIENTO**  
Q.F. MARLENE ANA, BARREDA TORRES
- **JEFE DEL SERVICIO DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA**  
Lic. en Nutrición ELISBAN VICENTE, CENTON QUISPE
- **Apoyo Administrativo**  
Lic. Adm. Yonathan Nevado Hernández





**TABLA DE CONTENIDO**

Nº	GUÍAS TÉCNICAS DE PROCEDIMIENTOS DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA	PÁGINA
1	GUÍA TÉCNICA DE PROCEDIMIENTOS DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA: ATENCIÓN EN NUTRICIÓN	4 – 8
2	GUÍA TÉCNICA DE PROCEDIMIENTOS DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA: CONTROL Y EVALUACIÓN NUTRICIONAL (IMC) REGISTRO INDIVIDUAL	9 - 19
3	GUÍA TÉCNICA DE PROCEDIMIENTOS DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA: CONSEJERÍA NUTRICIONAL: ALIMENTACIÓN SALUDABLE	20 - 25



# 01 GUÍA TÉCNICA DE PROCEDIMIENTOS DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA:

## ATENCIÓN EN NUTRICIÓN

### I. FINALIDAD

La presente Guía Técnica tiene como finalidad de promover el consumo de una alimentación saludable, variada y culturalmente aceptable, para evitar los problemas de desnutrición, exceso de peso y prevenir las enfermedades crónicas no transmisibles en nuestros pacientes.

### II. OBJETIVOS:

- Establecer los criterios técnicos normativos de una Guía Técnica De Atención En Nutrición, de las personas adultas, a fin de tomar decisiones oportunas en la atención integral Nutricional.
- Proporcionar información personalizada para el manejo profesional en áreas relacionada al Servicio de Nutrición y Dietética.
- Promover una alimentación saludable como parte del tratamiento en las diferentes patologías psiquiátricas de nuestros pacientes.
- Mejorar un flujo de atención en las diferentes atenciones que se brinda al paciente.

### III. ÁMBITO DE APLICACIÓN:

La presente guía técnica de atención en nutrición se aplica en el Hospital Hermilio Valdizán.

### IV. NOMBRE DEL PROCESO O PROCEDIMIENTO A ESTANDARIZAR

- Nombre: Atención en nutrición
- Código: 99209
- Tiempo: 45 minutos

### V. CONSIDERACIONES GENERALES:

#### 5.1 Definiciones Operativas:

- a) **Alimento:** es toda sustancia o producto que, en su estado natural o elaborado, presenta, características que lo hacen apto y agradable al consumo humano. Los alimentos aportan energía y nutrientes que el organismo humano necesita a fin de satisfacer sus necesidades nutricionales, realizar sus diferentes funciones y mantener su salud.



- b) **Alimentación:** es la ingestión de una serie de sustancias que tomamos del mundo exterior y que forman parte de nuestra dieta. La alimentación es un acto voluntario y consciente que aprendemos a lo largo de nuestra vida y puede estar influenciada por diversos factores como los sociológicos, culturales, económicos, religiosos, comunicacionales, entre otros.
- c) **Alimentación saludable:** es una alimentación variada, preferentemente en estado natural o con procesamiento mínimo, que aporta energía y todos los nutrientes esenciales que cada persona necesita para mantenerse sana, permitiéndole tener una mejor calidad de vida en todas las edades.
- d) **Atención integral de salud:** es la prestación continua y con calidad de los cuidados esenciales de las necesidades de salud de las personas, considerando las acciones de promoción de la salud, prevención de la enfermedad, recuperación y rehabilitación de la salud mediante la intervención multidimensional de un equipo multidisciplinario de salud.
- e) **Estilo de vida saludable:** es la forma de vivir de la persona adulta, cuyo conjunto de patrones de conducta o hábitos promueven y protegen su salud, familia y comunidad.

## 5.2 Definiciones del procedimiento:

Nos permite orientar al paciente en los diversos procesos que brinda el servicio de nutrición, tanto en la consultoría Nutricional, evolución antropométrica, diagnóstico Nutricional, tratamiento dieto terapéutico, estos servicios, son orientados para pacientes hospitalizado, y paciente ambulatorio.

## 5.3 Requerimiento del procedimiento

### a) Recurso Humano

- Nutricionista.
- Técnico en Nutrición.

### b) Equipo, mobiliario e instrumental

- Acumulador de Energía - Equipo UPS.
- Engrapador de metal tipo alicate con yunque giratorio.
- Escritorio de melamina de 4 gavetas.
- Silla fija de metal (para paciente).
- Silla Giratoria de metal.
- Unidad Central de Proceso – CPU.

### c) Insumos, materiales médicos:

- Alcool. Etilico (Etanol) 96 X 1LT.
- Bolígrafo (Lapicero) de Tinta Seca Punta Fina Color Azul.
- Bolígrafo (Lapicero) de Tinta Seca Punta Fina Color Negro.



- Formato Receta Única Estandarizada + 2 Copias Block X 50 Juegos.
- Guante para Examen Descartable N° 7.
- Jabón Germicida Líquido X 1 L.
- Mascarilla Descartable Quirúrgica 3 Pliegues.
- Papel Bond 80 g Tamaño A4 500 hojas.
- Papel toalla de hojas cortadas x 200 hojas.
- Tampón con cubierta de Plástico.
- Tinta para Tampón x 30 ml aprox color Negro.

## VI. CONSIDERACIONES ESPECÍFICAS:

### N° 01 Actividad: Orientación al paciente:

El paciente debe ser informado de las diferentes atenciones que se realiza en el servicio de nutrición, con el fin de cubrir su expectativa acerca de la atención en nutrición.

### N° 02 Actividad: Atención por consultorio:

Se brinda al paciente una atención integral en 3 pasos: primero se realiza una evaluación Nutricional, segundo se le hace un diagnóstico Nutricional, y tercero se prescribe un tratamiento dieto terapéutico acorde al tratamiento y evaluación de cada uno de nuestros pacientes.

### N° 03 Actividad: Registro de paciente:

Los registros son una base de datos cuantitativos y cualitativos del paciente de forma individual; Esta actividad es muy importante para poder realizar un monitoreo del tratamiento y evaluar futuras cambios para la mejora en el estado nutricional de nuestros pacientes.

## VII. RECOMENDACIONES

### ▪ Riesgo Complicaciones Contraindicaciones

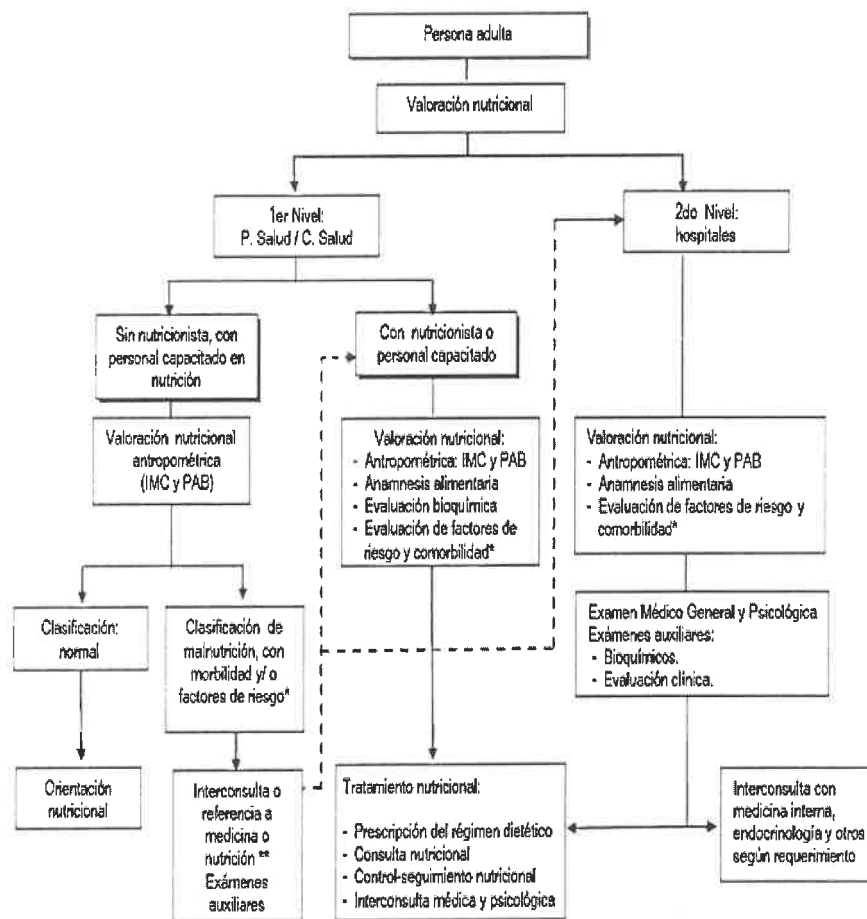
- Hacer el uso La valoración nutricional objetiva ya que nos permite mejorar en la evaluación nutricional en las intervenciones orientadas a promover estilos de vida saludable.
- Mejorar y recuperar su estado nutricional como parte integral de su tratamiento, y contribuyendo al bienestar y calidad de vida de nuestros pacientes, con empatía y buen trato a nuestros.
- Encontrar en el flujo de las atenciones, puntos de demora u otros inconvenientes que se presenten, y así poder mejorar en las diferentes atenciones.





VIII. ANEXOS

**Flujoograma en la Atención Nutricional**  
**Según nivel de complejidad y recurso humano**



## IX. BIBLIOGRAFÍA

1. <https://heves.gob.pe/wp-content/uploads/2021/06/RD-N%C2%B0-123-2021-DE-HEVES.pdf>
2. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112018000200351&script=sci\\_arttext&lng=pt](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112018000200351&script=sci_arttext&lng=pt)
3. <https://www.cnp.org.pe/pdf/NUTRICI%C3%93N%20EDITADO%202015.pdf>
4. <https://alimentacionsaludable.ins.gob.pe/sites/default/files/2017-02/GuiaAntropometricaAdulto.pdf>
5. OMS, (1995). El estado físico: uso e interpretación de la Antropometría. Informe del Comité de Expertos de la OMS, Serie de Informes técnicos 854, Ginebra. Disponible en: [http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO\\_TRS\\_854\\_contents\\_spa.pdf](http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO_TRS_854_contents_spa.pdf). Acceso 28 de junio de 2010





## 02 GUÍA TÉCNICA DE PROCEDIMIENTOS DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA: CONTROL Y EVALUACIÓN NUTRICIONAL (IMC) REGISTRO INDIVIDUAL

### I. FINALIDAD

La presente Guía Técnica está enfocada en la evaluación Nutricional, y su diagnóstico Nutricional, de nuestros pacientes, esto nos permite tener un control en la vigilancia periódica de forma individual a largo plazo; y por último el registro del tratamiento dieto terapéutico en su respectiva historia clínica.

### II. OBJETIVOS

- Establecer los criterios técnicos en el proceso de la evaluación Nutricional.
- Establecer los criterios en el momento de realizar el diagnóstico Nutricional.
- Consensuar datos importantes al momento de su registro.

### III. ÁMBITO DE LA APLICACIÓN

La presente guía técnica de nutrición se aplica en el Hospital Hermilio Valdizán.

### IV. NOMBRE DEL PROCESO O PROCEDIMIENTOS A ESTANDARIZAR

- **NOMBRE:** Control y evaluación nutricional (IMC) registro individual.
- **CÓDIGO:** 99209.02.
- **TIEMPO:** 45 Minutos.

### V. CONSIDERACIONES GENERALES

#### 5.1 DEFINICIONES OPERATIVAS:

- Evaluación Nutricional:** Es la determinación del nivel de su estado Nutricional, de un individuo o población, desde el punto de vista del macro y micro nutrientes, Se evalúa, y examina el grado de demanda fisiológicas, bioquímicas y metabólicas, si están cubierta por la ingestión de nutrientes, sujeto a preferencias, nivel económico, cultural.
- Alimentación:** Es la ingestión de una serie de sustancias que tomamos del mundo exterior y que forman parte de nuestra dieta. La alimentación es un acto voluntario y consciente que aprendemos a lo largo de nuestra vida y puede estar influenciada por diversos factores como los sociológicos, culturales, económicos, religiosos, comunicacionales, entre otros



- c) **Alimentación saludable:** Es una alimentación variada, preferentemente en estado natural o con procesamiento mínimo, que aporta energía y todos los nutrientes esenciales que cada persona necesita para mantenerse sana, permitiéndole tener una mejor calidad de vida en todas las edades.
- d) **Atención integral de salud:** Es la prestación continua y con calidad de los cuidados esenciales de las necesidades de salud de las personas, considerando las acciones de promoción de la salud, prevención de la enfermedad, recuperación y rehabilitación de la salud mediante la intervención multidimensional de un equipo multidisciplinario de salud.
- e) **Diagnóstico nutricional:** Es la atención especializada realizada por la profesional nutricionista dirigida a la promoción, prevención, recuperación y control nutricional.
- f) **Estado nutricional:** Es la situación de salud en que se encuentra una persona como resultado de su nutrición, régimen alimentario y estilo de vida.
- g) **Estilo de vida saludable:** Es la forma de vivir de la persona adulta, cuyo conjunto de patrones de conducta o hábitos promueven y protegen su salud, familia y comunidad.
- h) **Índice de masa corporal (IMC):** es la relación entre el peso corporal con la talla elevada al cuadrado de la persona. Se le conoce también como índice de Quetelet, y su fórmula de cálculo es la siguiente:  $IMC = \text{Peso (kg)} / (\text{talla (m)})^2$ .
- i) **Nutrición:** es el conjunto de procesos mediante el cual el organismo recibe, procesa, absorbe y utiliza los alimentos para la producción de energía, y que a su vez permite el funcionamiento normal de tejidos y órganos, y el crecimiento y mantenimiento de la vida.
- j) **Riesgo nutricional:** es la probabilidad de padecer enfermedad o complicaciones médicas por presentar malnutrición o tener inadecuados hábitos o comportamientos alimentarios.
- k) **Valoración, y evolución nutricional:** es el conjunto de procedimientos que realiza el profesional de la salud durante la atención prenatal o postnatal para determinar el estado nutricional de la persona, valorar las necesidades o requerimientos nutricionales y pronosticar los posibles riesgos de salud que pueda presentar con relación a su estado nutricional.



## 5.2 DEFINICIONES DEL PROCEDIMIENTO

Conocido también como evaluación antropométrica corporal, este tipo de valoración también se puede hacer mediante fórmulas, equipo de bioimpedancia, IMC, o un calorímetro de vía indirecta, circunferencias corporales, plicómetro de medidas cutáneas; todos estos métodos e instrumentos fueron desarrollados para poder realizar una valoración Nutricional.

## 5.3 REQUERIMIENTO DEL PROCEDIMIENTO

### a) Recursos Humanos

- Nutricionista.

### b) Equipo, Mobiliario e Instrumental

- Escritorio de Melamina.
- Silla Giratoria de Metal.
- Silla Fija de Metal (Para Paciente).
- Tacho de Plástico 60 L APROX. (Para Basura).
- Engrapador de Metal Tipo Alicata con Yunque Giratorio.
- Acumulador de Energía – Equipo de UPS.
- Impresora Láser.
- Unidad Central de Proceso – CPU.
- Teclado – Keyboard.
- Balanza mecánica de plataforma (sin tallímetro incorporado).
- Tallímetro fijo de madera.
- Cinta métrica flexible, no elástica y de fibra de vidrio.
- Equipo de impedanciómetro (pie y mano).

### c) Insumos Material Médicos

- Alcohol Etilico (Etanol) 96 X 1LT
- Bolígrafo (Lapicero) de Tinta Seca de Color Negro.
- Bolígrafo (Lapicero) de Tinta Seca Punta Fina Color Azul.
- Formato Receta Única Estandarizada + 2 Copias Block X 50 Juegos.
- Grapa 23/10 X 1000.
- Guante para Examen Descartable N° 7.
- Jabón Germicida Líquido X 1 L.
- Mandilón Descartable Talla L.
- Mascarilla Descartable Quirúrgica 3 Pliegues.
- Papel Bond 80 g Tamaño A4 500 hojas.
- Papel Toalla de Hojas Separadas X 200 Hojas.
- Tampón con Cubierta de Plástico Tamaño Mediano Color Azul.
- Tinta para Tampón X 30 ml APROX. Color Azul.
- Tóner de Impresión Para HP COD. REF. CE255A NEGRO.

## VI. CONSIDERACIONES ESPECÍFICAS

### N°01 Actividad: Toma Antropométrica (peso)

Instrumento para pesar personas de 100 g y con capacidad: máxima de 140 kg. Debe calibrarse periódicamente con pesas patrones de pesos conocidos previamente pesadas en balanzas certificadas. Verificar la ubicación y condiciones de la balanza. La balanza debe estar ubicada en una superficie lisa, horizontal y plana, sin desnivel o presencia de algún objeto extraño bajo esta. Solicitar al paciente que se quite los zapatos y el exceso de ropa o accesorios que modifiquen el peso.

### N°02 Actividad: Toma Antropométrica (talla)

Instrumento para medir la talla en personas adultas, colocado sobre una superficie lisa y plana, sin desnivel u objeto extraño debajo de esta, Indicar que se ubique en el centro de la base del tallímetro, en posición erguida, mirando al frente, con los brazos a los costados del cuerpo, con las palmas de las manos descansando sobre los muslos, los talones juntos y las puntas de los pies ligeramente separados.

### N°03 Actividad: Toma Antropométrica (circunferencias)

Colocar la cinta métrica horizontalmente alrededor del abdomen, Palpar el borde inferior de la última costilla y el borde superior de la cresta iliaca, ambos del lado derecho, determinar la distancia media entre ambos puntos y proceder a marcarlo; realizar este mismo procedimiento para el lado izquierdo.

Realizar la lectura en el punto donde se cruzan los extremos de la cinta métrica.

### N°04 Actividad: Toma Antropométrica (impedanciometria)

Este examen consiste en colocar electrodos en las extremidades superiores e inferiores del paciente mientras está recostado en una camilla, y mediante la resistencia eléctrica de los tejidos la información se traduce en datos que el profesional corrige y corrobora.

### N°05 Actividad: Toma Antropométrica (plicómetro)

Un plicómetro es un instrumento o aparato para medir la grasa corporal. El plicómetro mide el pliegue cutáneo.

Colócate de pie y agarra con firmeza un pliegue de piel que se sitúa, aproximadamente, unos 3 cm por encima de tu cadera, utilizando el dedo índice y el pulgar. Con ayuda de la otra mano, agarra este pliegue con el plicómetro. Aprieta con el dedo pulgar que agarra la piel y ajusta la medida del plicómetro.

### N°06 Actividad: Diagnóstico Nutricional

El diagnóstico del estado nutricional será una evaluación global objetiva utilizando indicadores específicos para una valoración antropométrica, indicadores bioquímicos e indicadores sociales y dietéticos. Fruto del resultado de tu diagnóstico te daré las pautas de mejora recomendadas necesarias.



**N°07 Actividad: Tratamiento Nutricional (dieta terapia)**

Es una prescripción de un plan dietético basado en recopilación de datos de la ingesta de nutrientes y los cambios en el estilo de vida para prevenir y tratar enfermedades como la diabetes, las enfermedades cardíacas, la artritis, la depresión y la obesidad, entre otros.

**N°08 Actividad: Registro de Paciente**

Los registros son bases de datos que contienen datos cuantitativos y cualitativos sobre el paciente.

## VII. RECOMENDACIONES

### ■ Riesgo Complicaciones Contraindicaciones

- La valoración nutricional antropométrica es una evaluación con parámetros sensibles con un margen de error en su diagnóstico.
- La provisión y mantenimiento del equipo, así como el desempeño del personal de salud es clave para la toma de decisiones en el cuidado de nuestros pacientes.

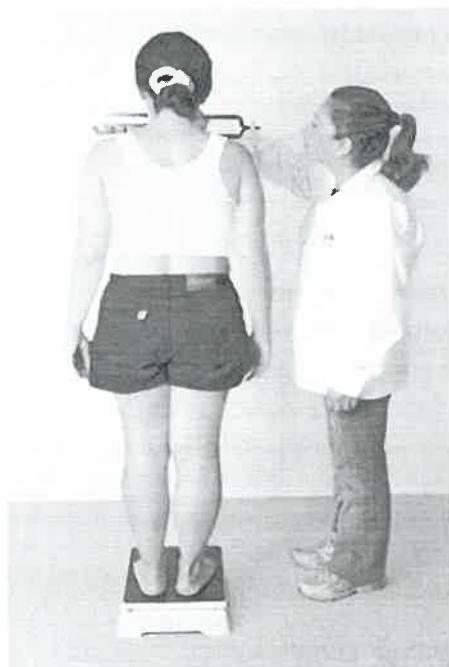
### 7.1 Riesgo, Complicación, Contraindicaciones

#### ■ Riesgo Complicaciones Contraindicaciones

- Las diferentes dificultades para determinar los riesgos están dadas en la valoración nutricional al ingreso del paciente, al no contar con protocolos que guíe las observaciones estandarizadas al momento de su evaluación de ingreso, pasando por alto este riesgo, y al poco tiempo presentan cansancio, somnolencia, inapetencia, y poniendo al paciente en días sin recibir alimentos (estado de ayuno), entre otros problemas sobre la ingesta alimentaria.
- Alguna de esta complicación podría conllevar a un estado de desnutrición, anemia o más aun incremento de peso y obesidad.

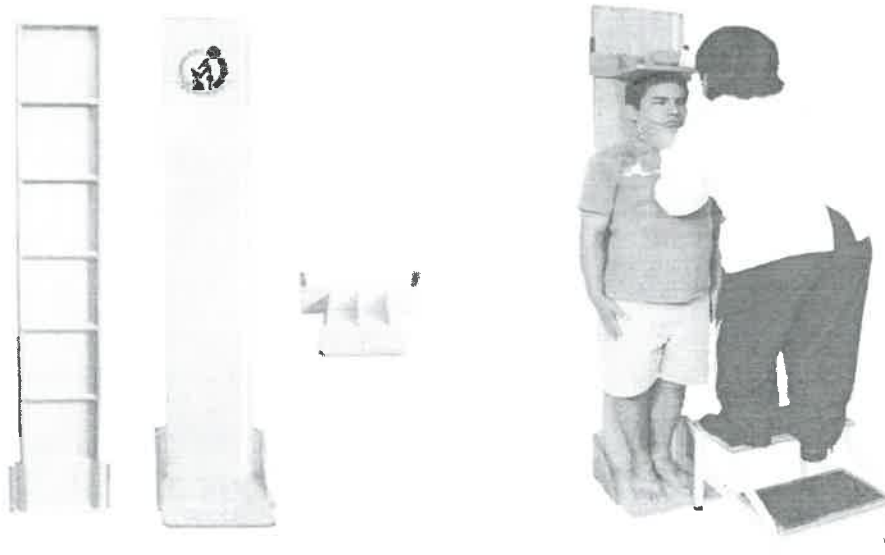


## VIII. ANEXOS



**Figura 1:**

Toma del peso en balanza de plataforma





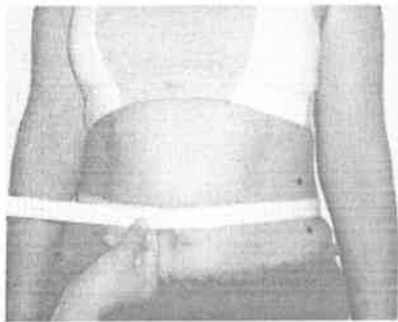
*Figura 5*



Medición de la talla de una persona adulta.

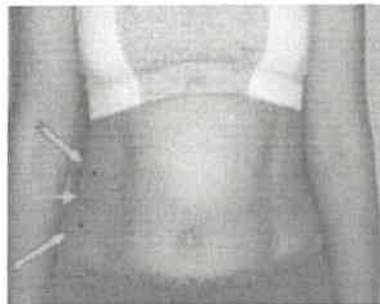
**Observación:**

Si quien mide tiene menor  
talla que la persona, debe  
usar una escalera de dos  
peldaños para una adecuada



**MEDICIÓN DEL PERÍMETRO ABDOMINAL – PAB**

**DETERMINACIÓN DE LA  
NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA**



**VALORACIÓN**

## CLASIFICACIÓN DE LA VALORACIÓN NUTRICIONAL SEGÚN IMC

CLASIFICACIÓN	IMC
Delgadez grado III	< 16
Delgadez grado II	16 a < 17
Delgadez grado I	17 a < 18,5
<b>Normal</b>	<b>18,5 a &lt; 25</b>
Sobrepeso (Pre obeso)	25 a < 30
Obesidad grado I	30 a < 35
Obesidad grado II	35 a < 40

## DETERMINACIÓN DEL RIESGO DE ENFERMAR EN LA PERSONA ADULTA SEGÚN PERÍMETRO ABDOMINAL (PAB)

SEXO	RIESGO		
	BAJO	ALTO	MUY ALTO
Hombre	< 94 cm	≥ 94 cm	≥ 102 cm
Mujer	< 80 cm	≥ 80 cm	≥ 88 cm

## ANEXO

### TABLA DE PESOS Y TALLAS CORRESPONDIENTES A LOS VALORES LÍMITES RECOMENDADOS DE IMC SEGÚN CLASIFICACIÓN DE LA VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA PARA PERSONAS ADULTAS

IMC Talla (m)	CLASIFICACIÓN							
	Delgadez			Normal	Sobrepeso	Obesidad		
	III <16	II ≥16	I ≥17			I ≥30	II ≥35	III ≥40
<b>Pesos (Kg)**</b>								
1,35	29,1	30,9	33,7	45,5	54,6	63,7	72,9	
1,36	29,5	31,4	34,2	46,2	55,4	64,7	73,9	
1,37	30,0	31,9	34,7	46,9	56,3	65,6	75,0	
1,38	30,4	32,3	35,2	47,6	57,1	66,6	76,1	
1,39	30,9	32,8	35,7	48,3	57,9	67,6	77,2	
1,40	31,3	33,3	36,2	49,0	58,8	68,6	78,4	
1,41	31,8	33,7	36,7	49,7	59,6	69,5	79,5	
1,42	32,2	34,2	37,3	50,4	60,4	70,5	80,6	





1,43	32,7	34,7	37,8	51,1	61,3	71,5	81,7
1,44	33,1	35,2	38,3	51,8	62,2	72,5	82,9
1,45	33,6	35,7	38,8	52,5	63,0	73,5	84,1
1,46	34,1	36,2	39,4	53,2	63,9	74,6	85,2
1,47	34,5	36,7	39,9	54,0	64,8	75,6	86,4
1,48	35,0	37,2	40,5	54,7	65,7	76,6	87,6
1,49	35,5	37,7	41,0	55,5	66,6	77,7	88,8
1,50	36,0	38,2	41,6	56,2	67,5	78,7	90,0
1,51	36,4	38,7	42,1	57,0	68,4	79,8	91,2
1,52	36,9	39,2	42,7	57,7	69,3	80,8	92,4
1,53	37,4	39,7	43,3	58,5	70,2	81,9	93,6
1,54	37,9	40,3	43,8	59,2	71,1	83,0	94,8
1,55	38,4	40,8	44,4	60,0	72,0	84,0	96,1
1,56	38,9	41,3	45,0	60,8	73,0	85,1	97,3
1,57	39,4	41,9	45,6	61,6	73,9	86,2	98,5
1,58	39,9	42,4	46,1	62,4	74,9	87,3	99,8
1,59	40,4	42,9	46,7	63,2	75,8	88,4	101,1
1,60	40,9	43,5	47,3	64,0	76,8	89,6	102,4
1,61	41,4	44,0	47,9	64,8	77,7	90,7	103,6
1,62	41,9	44,6	48,5	65,6	78,7	91,8	104,9
1,63	42,5	45,1	49,1	66,4	79,7	92,9	106,2
1,64	43,0	45,7	49,7	67,2	80,6	94,1	107,5
1,65	43,5	46,2	50,3	68,0	81,6	95,2	108,9
1,66	44,0	46,8	50,9	68,8	82,6	96,4	110,2
1,67	44,6	47,4	51,5	69,7	83,6	97,6	111,5
1,68	45,1	47,9	52,2	70,5	84,6	98,7	112,8
1,69	45,6	48,5	52,8	71,4	85,6	99,9	114,2
1,70	46,2	49,1	53,4	72,2	86,7	101,1	115,6
1,71	46,7	49,7	54,0	73,1	87,7	102,3	116,9
1,72	47,3	50,2	54,7	73,9	88,7	103,5	118,3
1,73	47,8	50,8	55,3	74,8	89,7	104,7	119,7
1,74	48,4	51,4	56,0	75,6	90,8	105,9	121,1
1,75	49,0	52,0	56,6	76,5	91,8	107,1	122,5
1,76	49,5	52,6	57,3	77,4	92,9	108,4	123,9
1,77	50,1	53,2	57,9	78,3	93,9	109,6	125,3
1,78	50,6	53,8	58,6	79,2	95,0	110,8	126,7
1,79	51,2	54,4	59,2	80,1	96,1	112,1	128,1
1,80	51,8	55,0	59,9	81,0	97,2	113,4	129,6
1,81	52,4	55,6	60,6	81,9	98,2	114,6	131,0
1,82	52,9	56,3	61,2	82,8	99,3	115,9	132,4
1,83	53,5	56,9	61,9	83,7	100,4	117,2	133,9
1,84	54,1	57,5	62,6	84,6	101,5	118,4	135,4
1,85	54,7	58,1	63,3	85,5	102,6	119,7	136,9



1,86	55,3	58,8	64,0	86,4	103,7	121,0	138,3
1,87	55,9	59,4	64,6	87,4	104,9	122,3	139,8
1,88	56,5	60,0	65,3	88,3	106,0	123,7	141,3
1,89	57,1	60,7	66,0	89,3	107,1	125,0	142,8
1,90	57,7	61,3	66,7	90,2	108,3	126,3	144,4
1,91	58,3	62,0	67,4	91,2	109,4	127,6	145,9
1,92	58,9	62,6	68,1	92,1	110,5	129,0	147,4
1,93	59,5	63,3	68,9	93,1	111,7	130,3	148,9
1,94	60,2	63,9	69,6	94,0	112,9	131,7	150,5
1,95	60,8	64,6	70,3	95,0	114,0	133,0	152,1
1,96	61,4	65,3	71,0	96,0	115,2	134,4	153,6
1,97	62,0	65,9	71,7	97,0	116,4	135,8	155,2
1,98	62,7	66,6	72,5	98,0	117,6	137,2	156,8

## ANEXO

### CÓDIGOS HIS PARA LA VALORACIÓN NUTRICIONAL ANTROPOMÉTRICA DE PERSONAS ADULTAS

ETAPA DE VIDA	INDICADOR	PUNTOS DE CORTE	CLASIFICACIÓN	LAB	CÓDIGO
Adulta	IMC	< 16	Delgadez grado III	IMC	E46X3
		≥ 16 a < 17	Delgadez grado II	IMC	E46X2
		≥ 17 a < 18,5	Delgadez grado I	IMC	E46X1
		≥ 18,5 a < 25	<b>Normal</b>	<b>IMC</b>	<b>Z006</b>
		≥ 25 a < 30	Sobrepeso	IMC	E660
		≥ 30 a < 35	Obesidad grado I	IMC	E6691
		≥ 35 a < 40	Obesidad grado II	IMC	E6692
		≥ a 40	Obesidad grado III	IMC	E6693



## IX. BIBLIOGRAFÍA

1. <https://heves.gob.pe/wp-content/uploads/2021/06/RD-N%C2%B0-123-2021-DE-HEVES.pdf>
2. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112018000200351&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112018000200351&script=sci_arttext&tlng=pt)
3. <https://www.cnp.org.pe/pdf/NUTRICI%C3%93N%20EDITADO%202015.pdf>
4. <https://alimentacionsaludable.ins.gob.pe/sites/default/files/2017-02/GuiaAntropometricaAdulto.pdf>
5. OMS, (1995). El estado físico: uso e interpretación de la Antropometría. Informe del Comité de Expertos de la OMS, Serie de Informes técnicos 854, Ginebra. Disponible en [http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO\\_TRS\\_854\\_contents\\_spa.pdf](http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO_TRS_854_contents_spa.pdf). Acceso 28 de junio de 2010



## 03: GUÍA TÉCNICA DE PROCEDIMIENTOS DE NUTRICIÓN Y DIETÉTICA:

### CONSEJERIA NUTRICIONAL: ALIMENTACIÓN SALUDABLE

#### I. FINALIDAD

La presente Guía Técnica está enfocada en la Consejería Nutricional, y una alimentación saludable, esto nos permite fortalecer en las prácticas, y actitudes en la educación alimentaria, adoptando así nuevos hábitos en la conducta frente a los alimentos.

#### II. OBJETIVOS

- Establecer los criterios técnicos en el proceso de la evaluación Nutricional.
- Proponer estrategias, métodos didácticos, y haciendo el uso de herramienta metodológicas para poder mejorar sus conocimientos y actitudes frente hábitos alimentarios.
- Mostrarle formas didácticas el manejo de su dieta, enfocado en una alimentación saludable.

#### III. ÁMBITO DE LA APLICACIÓN

La presente guía técnica del servicio de nutrición: consejería nutricional, y alimentación saludable, se aplica en el Hospital Hermilio Valdizán.

#### IV. NOMBRE DEL PROCESO O PROCEDIMIENTOS A ESTANDARIZAR

- **NOMBRE:** Consejería nutricional: alimentación saludable.
- **CÓDIGO:** 99403.01.
- **TIEMPO:** 45 Minutos.

#### V. CONSIDERACIONES GENERALES

##### 5.1 DEFINICIONES OPERATIVAS:

- a) **Consejería Nutricional:** Es la intervención de un profesional de Nutrición buscando prevenir o reducir la malnutrición causadas por deficiencias o exceso promoviendo estilos de vida saludables entre grupos vulnerables. para mejorar la cultura alimentaria.
- b) **Evaluación Nutricional:** Es la determinación del nivel de su estado Nutricional, de un individuo o población, desde el punto de vista de los macro y micro nutrientes, Se evalúa, y examina el grado de demanda fisiológicas, bioquímicas y metabólicas, si están cubierta por la ingestión de nutrientes, sujeto a preferencias, nivel económico, cultural.
- c) **Alimentación:** es la ingestión de una serie de sustancias que tomamos del mundo exterior y que forman parte de nuestra dieta. La alimentación



es un acto voluntario y consciente que aprendemos a lo largo de nuestra vida y puede estar influenciada por diversos factores como los sociológicos, culturales, económicos, religiosos, comunicacionales, entre otros.

- d) **Alimentación saludable:** es una alimentación variada, preferentemente en estado natural o con procesamiento mínimo, que aporta energía y todos los nutrientes esenciales que cada persona necesita para mantenerse sana, permitiéndole tener una mejor calidad de vida en todas las edades.
- e) **Atención integral de salud:** es la prestación continua y con calidad de los cuidados esenciales de las necesidades de salud de las personas, considerando las acciones de promoción de la salud, prevención de la enfermedad, recuperación y rehabilitación de la salud mediante la intervención multidimensional de un equipo multidisciplinario de salud.
- f) **Diagnóstico nutricional:** es la atención especializada realizada por el profesional nutricionista dirigida a la promoción, prevención, recuperación y control nutricional.
- g) **Estado nutricional:** es la situación de salud en que se encuentra una persona como resultado de su nutrición, régimen alimentario y estilo de vida.
- h) **Estilo de vida saludable:** es la forma de vivir de la persona adulta, cuyo conjunto de patrones de conducta o hábitos promueven y protegen su salud, familia y comunidad.
- i) **Índice de masa corporal (IMC):** es la relación entre el peso corporal con la talla elevada al cuadrado de la persona. Se le conoce también como índice de Quetelet, y su fórmula de cálculo es la siguiente:  $IMC = \text{Peso (kg)} / (\text{talla (m)})^2$ .
- j) **Nutrición:** es el conjunto de procesos mediante el cual el organismo recibe, procesa, absorbe y utiliza los alimentos para la producción de energía, y que a su vez permite el funcionamiento normal de tejidos y órganos, y el crecimiento y mantenimiento de la vida.
- k) **Riesgo nutricional:** es la probabilidad de padecer enfermedad o complicaciones médicas por presentar malnutrición o tener inadecuados hábitos o comportamientos alimentarios.
- l) **Valoración, y evolución nutricional:** es el conjunto de procedimientos que realiza el profesional de la salud durante la atención prenatal o postnatal para determinar el estado nutricional de la persona, valorar las necesidades o requerimientos nutricionales y pronosticar los posibles riesgos de salud que pueda presentar con relación a su estado nutricional.

- m) **Recordatorio de 24 horas:** Es una técnica que recolecta datos de una ingesta reciente, útil en la evaluación de tipo descriptivos y cuya principal fortaleza es medir, y calcular el conteo total de calorías.

## 5.2 DEFINICIONES DEL PROCEDIMIENTO

Conocido también como consejería nutricional, este tipo de intervención consta de 3 pasos fundamentales:

**Valoración nutricional:** Es Determinar de la ingesta de nutrientes. Mediante el uso de instrumentos y técnicas, como, por ejemplo, el recordatorio de 24 horas, conteo de calorías, mediante la tabla de alimentos, y la frecuencia de consumo alimentario, calorímetro de vía indirecta, fórmulas matemáticas, del gasto energético basal, y total, entre otros.

**Diagnóstico Nutricional:** Determinar la estructura, somatotipo y su composición corporal. Esto se logra mediante el uso de instrumentos de medición como: Parámetros Bioquímicos, el uso del plicómetro el cual mide los pliegues cutáneos, medidas de circunferencias corporales, equipo de bioimpedancia, o fórmulas matemática (IMC, Harris Benedict, Schofield), estas herramientas nos ayuda a calcular o acercarnos a su requerimiento diario de calorías alimentarias.

**Intervención Nutricional:** Permite una interacción paciente, y nutricionista, por medio del cual el profesional de la nutrición puede poner en práctica sus habilidades, conocimientos, pensamiento crítico y obtener una estructura y un método coherente y sistemático para mejorar la calidad en la atención.

## 5.3 REQUERIMIENTO DEL PROCEDIMIENTO

### a) Recursos Humanos

- Nutricionista.

### b) Equipo, Mobiliario e Instrumental

- Acumulador de Energía – Equipo de UPS.
- Engrapador de Metal Tipo Alicata con Yunque Giratorio.
- Escritorio de Melamina.
- Silla Fija de Metal (Para Paciente).
- Silla Giratoria de Metal.
- Teclado – Keyboard.
- Unidad Central de Proceso – CPU.

### c) Insumos Material Médicos

- Alcohol Etilico (Etanol) 96 X 1LT
- Bolígrafo (Lapicero) de Tinta Seca Punta Fina Color Negro
- Bolígrafo (Lapicero) de Tinta Seca Punta Fina Color Azul.
- Formato Hoja de Referencia SIS Auto copiativo Block 100.







- Formato Receta Única Estandarizada + 2 Copias Block X 50 Juegos.
- Grapa 23/10 X 1000.
- Guante para Examen Descartable N° 7.
- Jabón Germicida Líquido X 1 L.
- Mandilón Descartable Talla L.
- Mascarilla Descartable Quirúrgica 3 Pliegues.
- Papel Bond 80 g Tamaño A4 500 hojas.
- Papel Toalla de Hojas Separadas X 200 Hojas.
- Tampón con Cubierta de Plástico Tamaño Mediano Color Azul.
- Tinta para Tampón X 30 ml APROX. Color Azul.

## VI. CONSIDERACIONES ESPECÍFICAS

- **Descripciones detalladas de las actividades del procedimiento.**

### N° 01 Actividad: Valoración nutricional:

Es Determinar signos y síntomas clínicos que indiquen carencias o excesos en la ingesta de nutrientes. Esto Mediante el uso de instrumentos y técnicas, como, el recordatorio de 24 horas, conteo de calorías, mediante tablas de alimentos, y la frecuencia de consumo de alimentos de su preferencia, fórmulas matemáticas, para determinar del gasto energético basal, y total, el uso del plicómetro el cual mide los pliegues cutáneos, medidas de circunferencias corporales, equipo de bioimpedancia, o fórmulas matemática (IMC, Harris Benedict, Schofield), estas herramientas nos ayuda a calcular o acercarnos a su requerimiento diario de calorías alimentarias, y parámetros bioquímicos, entre otros.

### N° 02 Actividad: Diagnóstico Nutricional:

Determinar la situación clínica Nutricional tomando en cuenta la edad, sexo, condición fisiológica, fisiopatológica, estructural (somatotipo), y su composición corporal general. Esto también se logra mediante el uso de instrumentos de evaluación global objetiva, para poder recopilar información, y poder diagnosticar.

### N° 03 Actividad: Intervención Nutricional:

Permite una interacción paciente, y nutricionista, por medio del cual el profesional puede poner en práctica sus habilidades, conocimientos, pensamiento crítico y obtener una estructura y un método coherente y sistemático para mejorar y concientizar a paciente, esto se concreta con el plan dieto terapéutico que se entrega al paciente (hoja de dieta).

### N° 04 Actividad: registro del paciente:

Los registros son base de datos que contienen datos cuantitativos y Cualitativos sobre el paciente.



**VII. RECOMENDACIONES**

- Establecer los criterios, y procedimientos para una correcta evaluación Nutricional.
- Establecer los criterios, y procedimientos para una correcto diagnostico Nutricional.
- Hacer uso de la valoración nutricional objetiva; este instrumento permite una correcta orientación en el estilo de vida saludable, mejorando, y recuperando la salud, bienestar y calidad de vida del paciente.

**7.1 Riesgo, Complicación, Contraindicaciones**

No Aplica

**VIII. ANEXOS**

**RECORDATORIO DE 24 HORAS**

Nombre \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_ Paciente No: \_\_\_\_\_  
 NSS: \_\_\_\_\_ Entrevistador: \_\_\_\_\_

LISTA RÁPIDA DE ALIMENTOS Y BEBIDAS	Hora	Ocasión	Alimento/bebida	Cantidad	Ingrediente	Preparación	Qué tanto consumió	Donde consumió los alimentos	Donde cocinó los alimentos
Alimentos olvidados									
Carne de ternero/ pollo/ cerdo									
Agua/ jugo/ refresco									
Café/ leche/ leche condensada									
Quesos									
Canelitas/ churros/ pasteles									
Galletitas/ arroz									
Frutas									
Frutas secas									
Mantequilla									
Quesos									
Quesos crema									
Acido/ mantequilla									
mayonesa/ crema									

**FRECUENCIA DE ALIMENTOS**

ALIMENTO	FRECUENCIA	ALIMENTO	FRECUENCIA	ALIMENTO	FRECUENCIA
Tortilla		Huevo		Carne de res	
Arroz		Leguminosas		Carne de puerco	
Tamales		Aceite		Pollo	
Hotto		Mantequilla		Pescado	
Pan dulce		Mantequilla		Salchicha	
Pan blanco		Aguacate		Jamón	
Avena		Margarina		Menudo	
Papa		Azúcar		Chonzo	
Pastas		Refresco		Leche	
Galletas		Jugo		Crema	
Yogurt		Condimentos		Queso	
Frutas		Verduras		Otros	





## IX. BIBLIOGRAFÍA

1. <https://heves.gob.pe/wp-content/uploads/2021/06/RD-N%C2%B0-123-2021-DE-HEVES.pdf>
2. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112018000200351&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S0212-16112018000200351&script=sci_arttext&tlng=pt)
3. <https://www.cnp.org.pe/pdf/NUTRICI%C3%93N%20EDITADO%202015.pdf>
4. <https://alimentacion.saludable.ins.gob.pe/sites/default/files/2017-02/GuiaAntropometricaAdulto.pdf>
5. OMS. (1995). El estado físico: uso e interpretación de la Antropometría. Informe del Comité de Expertos de la OMS, Serie de Informes técnicos 854. Ginebra. Disponible en [http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO\\_TRS\\_854\\_contents\\_spa.pdf](http://whqlibdoc.who.int/trs/WHO_TRS_854_contents_spa.pdf). Acceso 28 de junio de 2010



