

MEDICIÓN Y MONITORIZACIÓN DEL ESTADO NUTRICIONAL DE SU HIJO

USO DE LA HERRAMIENTA Z-SCORE PARA OBTENER LA CIRCUNFERENCIA DEL BRAZO EN SU PUNTO MEDIO

UNA BUENA NUTRICIÓN ES FUNDAMENTAL PARA EL CRECIMIENTO Y LA SALUD DE SU HIJO EN TRES FORMAS FUNDAMENTALES:



Ayuda al crecimiento y al desarrollo corporal de su hijo



Apoya la salud inmunitaria de su hijo



Permite que el cerebro de su hijo se mantenga saludable y en desarrollo

¿Sabía que una de cada tres personas en el mundo tienen desnutrición? De esos niños, de menos de 5 años¹:

- **148 millones** son demasiado bajos para su edad (retraso del crecimiento)
- **45 millones** están por debajo del índice de peso saludable para su altura (emaciación)
- **37 millones** superan el índice de peso saludable para su altura (sobrepeso)

PROPORCIONAR LA CANTIDAD Y EL TIPO DE NUTRICIÓN CORRECTOS PUEDE SER COMPLICADO

Los cambios en el estado nutricional de un niño se pueden producir en cualquier momento, ya sea en el hospital o en casa. Los cambios se pueden producir cuando su hijo:



Crece con rapidez



Padece de una enfermedad breve



Ha desarrollado una enfermedad crónica

Es importante comprender que el estado nutricional de su hijo ha cambiado y puede trabajar con su médico para mejorarlo.

El 33 % de los niños con necesidades sanitarias especiales que se atienden en entornos ambulatorios no tienen una nutrición adecuada para satisfacer sus necesidades de crecimiento.²

LA MEDICIÓN Y LA MONITORIZACIÓN DE LA MUAC ES UNA FORMA DE DAR SEGUIMIENTO AL ESTADO NUTRICIONAL DE SU HIJO

¿QUÉ ES LA MUAC?

Una medición del punto medio del brazo de su hijo.

Dar seguimiento a los cambios en esta medición a lo largo del tiempo puede ser de utilidad para determinar si el crecimiento de su hijo avanza según lo previsto.

¿CÓMO SE MIDE LA MUAC?

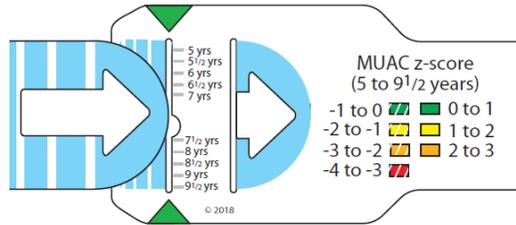


Medición corporal que se toma con una cinta de medición especial. Esta se envuelve alrededor de la parte media del brazo superior de un niño (entre 2 meses y 18 años de edad).

Generalmente, la circunferencia del brazo en su punto medio (Mid-Upper Arm Circumference, MUAC) la mide el médico de su hijo durante una consulta presencial. Si utiliza servicios de telemedicina, el médico podrá guiarle para medir la MUAC de su hijo durante la consulta.

PUEDE MEDIR LA MUAC EN TRES SENCILLOS PASOS

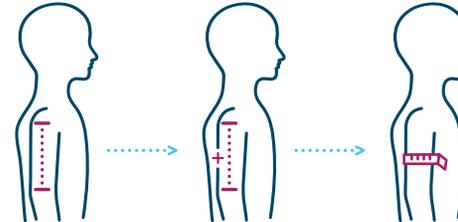
1 Forme un círculo con la cinta introduciendo uno de sus extremos en la ranura entre las flechas verdes.



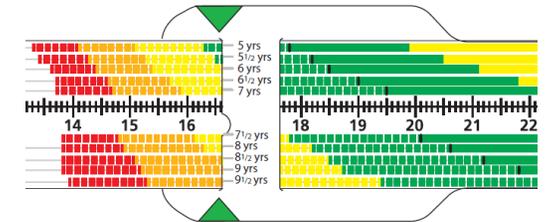
2 Ubique el punto medio del brazo entre el vértice del hombro y el codo de su hijo. La regla de la cinta puede ayudarle a ubicar el punto medio. Marque la posición en la parte posterior del brazo y, a continuación, coloque la cinta alrededor del brazo en dicha posición.

PARA GARANTIZAR QUE LA MEDICIÓN SEA CORRECTA:

Asegúrese de que el brazo esté completamente extendido y colgando antes de realizar la medición. Tire de la cinta para que quede ajustada (no demasiado apretada ni demasiado holgada).



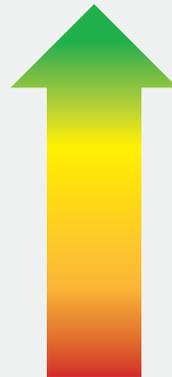
3 Lea la medida que está entre las flechas verdes. Busque la línea de color que coincida con la edad y la medición de su hijo.



¿QUÉ SIGNIFICAN LOS COLORES Y LAS LÍNEAS?

Los colores varían de **VERDE** a **ROJO** e indican el estado nutricional de su hijo en comparación con el estado nutricional de otros niños de la misma edad:

Su médico puede emplear la MUAC, la edad, el género y el estado general de salud para evaluar el estado nutricional de su hijo y crear un plan de nutrición que se adapte perfectamente a sus necesidades.



- DENTRO DE UN INTERVALO NORMAL
- ES POSIBLE QUE PRESENTE SOBREALIMENTACIÓN LEVE
- ES POSIBLE QUE PRESENTE SOBREALIMENTACIÓN MODERADA
- DENTRO DE UN INTERVALO NORMAL
- ES POSIBLE QUE PRESENTE DESNUTRICIÓN LEVE
- ES POSIBLE QUE PRESENTE DESNUTRICIÓN MODERADA
- ES POSIBLE QUE PRESENTE DESNUTRICIÓN GRAVE

APOYE LA NUTRICIÓN Y EL CRECIMIENTO DE SU HIJO TRABAJANDO CON SU MÉDICO PARA REALIZAR LAS SIGUIENTES ACCIONES:

- Determinar si la herramienta MUAC podría resultar útil y adecuada para medir el estado nutricional de su hijo.
- Aprender a utilizar correctamente la herramienta MUAC durante las consultas de telemedicina.
- Determinar la frecuencia con la que se medirá la MUAC de su hijo.
- Desarrollar un plan de nutrición que cubra las necesidades de crecimiento de su hijo.

Visite [ani.org](https://www.ani.org) para ver otros recursos de MUAC



1. World Health Organization. Joint child malnutrition estimates. World Health Organization Website. Accessed September 20, 2023. [https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutrition-estimates-unicef-who-wb#:~:text=In%202020%2C%20149.2%20million%20children,for%20their%20height%20\(overweight\).](https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/joint-child-malnutrition-estimates-unicef-who-wb#:~:text=In%202020%2C%20149.2%20million%20children,for%20their%20height%20(overweight).) | 2. Diamanti A, et al. *Clin Nutr.* 2019;38(4):1877-1882.