



**PRESANCA II**  
Programa Regional de Seguridad  
Alimentaria y Nutricional  
para Centroamérica

**PRESISAN**  
Programa Regional de Sistemas  
de Información en Seguridad  
Alimentaria y Nutricional



**CARACTERIZACIÓN DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL EN  
COMUNIDADES DE 8 MUNICIPIOS PRESISAN**

**INSTRUCTIVO PARA LA RECOLECCIÓN DE DATOS  
ANTROPOMÉTRICOS**

**Enero, 2013**



## TABLA DE CONTENIDO

INSTRUCCIONES PARA LA TOMA DE LONGITUD, TALLA Y PESO .....	1
A. Propósito y contenido .....	1
B. Procedimientos Generales: .....	1
C. Procedimiento para la toma de Longitud .....	1
D. Procedimiento para medir talla (niños mayores de 2 años y adultos): .....	3
INSTRUCCIONES PARA LA TOMA DE PESO DE NIÑOS(AS) MENORES DE 3 AÑOS .....	6
A. Procedimientos Generales:.....	6
TOMA DE PESO DE NIÑOS MAYORES DE 3 AÑOS Y ADULTOS .....	8
A. PROCEDIMIENTO PARA LA TOMA DE PESO DE NIÑOS MAYORES DE 3 AÑOS Y ADULTOS:.....	8
B. PASOS A SEGUIR PARA LA TOMA DE PESO: .....	8
INSTRUCCIONES PARA EL USO DE LA BALANZA DE PIE MARCA CAMRY .....	10

## INSTRUCCIONES PARA LA TOMA DE LONGITUD, TALLA Y PESO

### I. INTRODUCCIÓN:

La antropometría física constituye una de las bases principales para evaluar el estado nutricional, de individuos, grupos etarios y poblaciones en general.

Por lo tanto, se puede evaluar los beneficios que puedan aportar, las intervenciones nutricionales y el mejoramiento de los servicios de salud y saneamiento ambiental.

Es importante que se recolecten medidas sensibles a cambios nutricionales y de salud, en una forma correcta y valedera.

#### A. Propósito y contenido

Es necesario contar con un manual que describa en forma sencilla, cómo pesar y medir niños y adultos.

Este manual puede usarse para diferentes propósitos.

1. Manual de capacitación para supervisores.
2. Manual de campo para los supervisores y encuestadores.
3. Puede servir de referencia rápida, o como documento de consulta, para realizar un buen trabajo de campo.
4. Su propósito es proporcionar una guía sobre el contenido, recolección, procesamiento, análisis y preparación de informes de encuestas de hogares sobre el estado nutricional de niños pequeños, usando indicadores antropométricos de crecimiento.

#### B. Procedimientos Generales:

- El niño(a) debe de estar con ropa ligera-liviana (que no dificulten u obstaculicen la posición correcta) y que lo proteja de estar en contacto directo con el tallímetro/infantómetro
- Debe quitar gorras, sombreros, zapatos, calcetines gruesos, ganchos de cabello, moños, colas de cabello.
- Garantizar que el menor tenga contacto directo con el tallímetro en 5 puntos: cabeza, hombros, glúteos, pantorrillas y talones.
- Es necesario que en la toma de medidas, involucren a la madre para tranquilidad de los niños.
- Para colocar el tallímetro debe buscarse una superficie plana. La parte de atrás del tallímetro debe quedar en una superficie firme. Ejemplo: pared o columna plana.

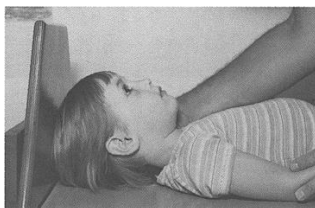
#### C. Procedimiento para la toma de Longitud

- Preparación de Condiciones: La medida de longitud presenta dificultades en su realización, ya que los niños pequeños tienden a inquietarse con el procedimiento. Al igual que en la medición de la talla es

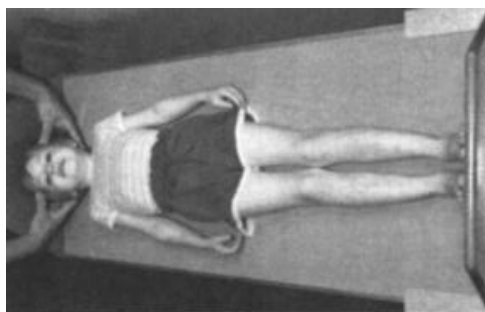
necesario que la antropometrista cuente con una auxiliar. Es aconsejable repetir la medida para asegurarse que está tomada correctamente, el método es el siguiente :

## 1. Pasos para medir longitud (niños menores de 2 años) (23 meses 29 días):

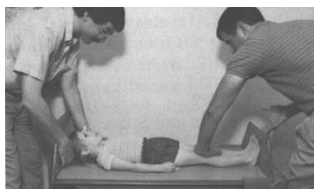
- Poner el tallímetro en posición horizontal en el piso o sobre una mesa.
- Auxiliar: Coloque el cuestionario y el lapicero sobre el suelo, piso o mesa. Ubíquese sobre ambas rodillas detrás de la base del tallímetro si éste se encuentra en el piso.
- Antropometrista: Arrodílese al lado derecho del niño para que pueda sostener el tope móvil inferior del tallímetro con su mano derecha.
- Antropometrista y Auxiliar: Con la ayuda de la Madre, acueste al niño(a) sobre el tallímetro de la siguiente manera:
- ✓ El auxiliar debe sostener la parte de atrás de la cabeza del niño (a) con sus manos y lentamente colocarla sobre el tallímetro. El antropometrista sostiene al niño(a) por el tronco.



- ✓ Antropometrista o Auxiliar: Si la Madre no está haciendo las veces de auxiliar, pídale que se arrodille al lado opuesto del tallímetro, de frente al antropometrista, para mantener al niño(a) calmado.
- ✓ Auxiliar: Coloque sus manos sobre los oídos del niño(a). Con sus brazos rectos y de manera cómoda, coloque la cabeza del niño(a) contra la base del tallímetro para que mire en sentido recto hacia arriba.



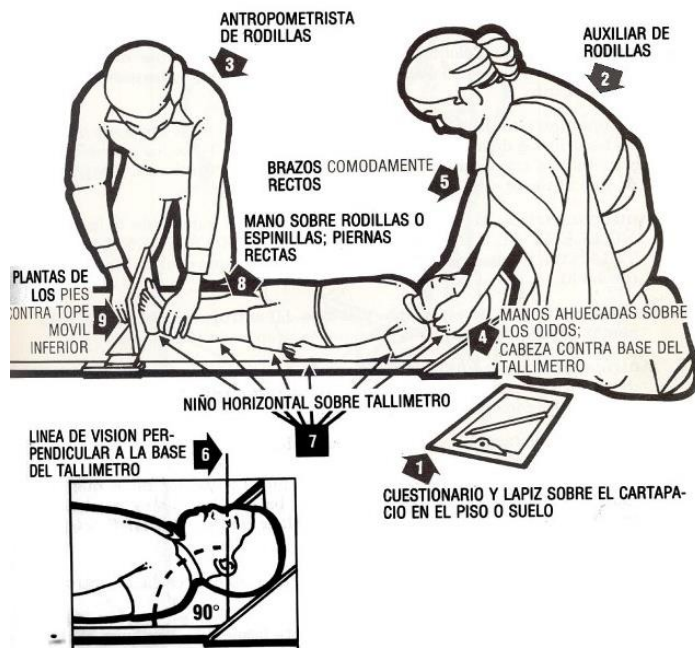
- ✓ La línea de visión del niño debe ser perpendicular a la base del tallímetro. El(la) antropometrista debe ver directamente hacia los ojos del niño(a).



- ✓ Antropometrista: Asegúrese de que el niño(a) esté acostado(a), de forma plana, en el centro del tallímetro. Coloque su mano izquierda sobre las espinillas (por encima de los tobillos) o sobre las rodillas

del niño(a). Presiónelas firmemente contra el tallímetro. Con su mano derecha, coloque el tope móvil o cartabón inferior del tallímetro firmemente contra los talones del niño(a).

- Antropometrista y Auxiliar: Revisen la posición del niño(a). Repitan cualquier paso que se considere necesario, para evitar errores en la toma de las medidas.
- Antropometrista: Cuando la posición del niño(a) sea correcta, lea en voz alta la medida, aproximándola al 0.1 cm. Más cercano. Quite el tope móvil o cartabón inferior del tallímetro, quite su mano izquierda de las espinillas o rodillas del niño(a) y sosténgalo mientras se anota la medida.
- Auxiliar: Suelte inmediatamente la cabeza del niño(a), anote la medida y muéstrésela al Antropometrista.
- Antropometrista: Revise la medida anotada en el cuestionario para asegurarse de su exactitud y legibilidad. Ordene al Auxiliar que borre y corrija cualquier error (la medida se deberá anotar 2 enteros y un decimal. Ej: 82.0 cms., 75.7 cms.



#### D. Procedimiento para medir talla (niños mayores de 2 años -24 meses- y adultos):

El antropometrista debe seleccionar el lugar adecuado para colocar el tallímetro y colocarlo en forma segura.

##### 1. Pasos para medir Talla

- Antropometrista o Auxiliar: Ponga el tallímetro en forma vertical, en una superficie plana contra la pared. Asegúrese de que éste quede fijo.
- Antropometrista o Auxiliar: Debe tomar en cuenta los siguientes pasos:
  - ✓ Quite los zapatos
  - ✓ Deshaga trenzas, moños, o cualquier peinado que pueda alterar la medición
  - ✓ Retire cualquier adorno del pelo que pudiera interferir con la medición
- Auxiliar: Coloque el cuestionario y el lapicero sobre la mesa o lugar cercano al tallímetro.
- Antropometrista: Arrodílese al lado izquierdo del niño(a), solo sobre su rodilla derecha, para poder tener un máximo de movilidad.

- Auxiliar:
  - ✓ Colóquele al niño(a) o a los adultos, con los pies juntos en el centro y contra la parte posterior del tallímetro.
  - ✓ Las plantas de los pies deberán tocar la base del mismo.
  - ✓ Coloque su mano derecha justo encima de los tobillos de la persona a medir, contra la parte delantera del tobillo, y su mano izquierda sobre las rodillas y empuje ambas partes hacia atrás contra el tallímetro.
  - ✓ Asegúrese de que las piernas de la persona estén rectas y que los talones y pantorrillas estén pegados al tallímetro.
  - ✓ Infórmele al Antropometrista cuando haya terminado de colocar los pies y las piernas de la persona que se va a medir.
- Antropometrista:
  - ✓ Pídale a la persona que está midiendo que mire directamente al frente. Asegúrese que la línea de visión del niño o adulto, sea en línea horizontal.
  - ✓ Coloque la palma de su mano izquierda abierta sobre el mentón.
  - ✓ No cubra la boca ni los oídos. Asegúrese de que los hombros estén rectos, que las manos descansen rectas a los lados del cuerpo y que la cabeza, hombros y nalgas estén pegados al tallímetro.
  - ✓ Con su mano derecha baje el tope móvil superior o cartabón del tallímetro hasta apoyarlo contra la cabeza del sujeto que está siendo medido. Asegúrese que éste quede sobre el pelo sin ejercer presión excesiva para evitar que la persona se agache.

Ejemplos:



NO



NO



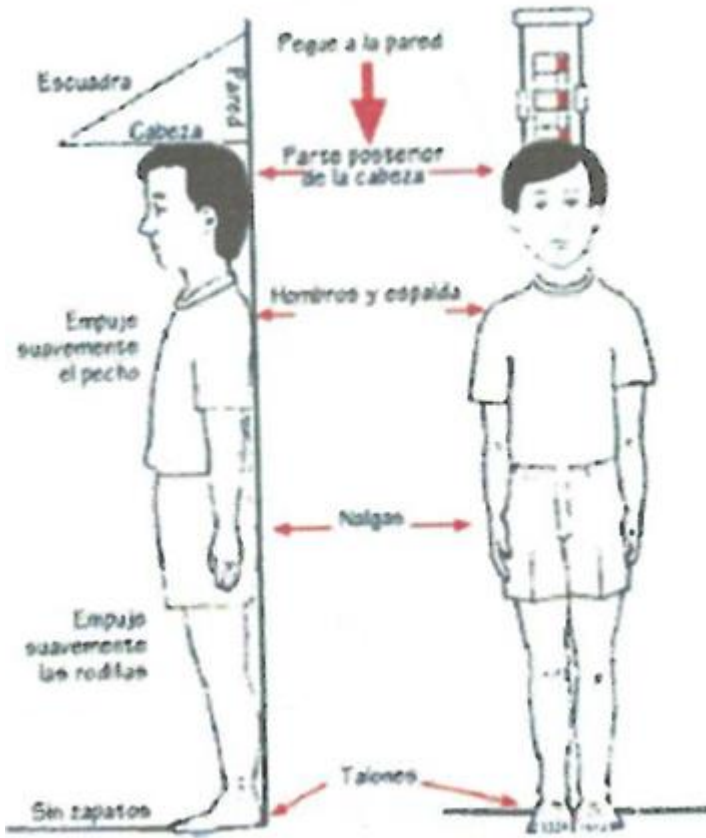
SI

- Antropometrista y Auxiliar: Revisen la posición del sujeto. Repita cualquier paso que se considere necesario para evitar errores en la medición.
- Antropometrista:
  - ✓ Cuando la posición de la persona sea la correcta, lea en voz alta la medida, aproximándola al cm. Más cercano.
  - ✓ Quite el tope móvil superior o cartabón del tallímetro de la cabeza de la persona, así como su mano izquierda del mentón.
- Auxiliar: Anote inmediatamente la medida y muéstrésela al Antropometrista.

Antropometrista: Revise la medida anotada en el cuestionario para asegurarse de su exactitud y legibilidad.

Pida al Auxiliar que borre y corrija cualquier error. (La talla se anotará con 3 enteros y un decimal (Ej: 112.4 cms., 099.0 cms....))

### Posición correcta para la toma de talla:



### Tallímetro que se usará en la Encuesta:



## INSTRUCCIONES PARA LA TOMA DE PESO DE NIÑOS(AS) MENORES DE 3 AÑOS

### A. Procedimientos Generales:

- Antropometrista y Auxiliar: Asegúrense que tienen la balanza, los ganchos, el calzón, el pañal para pesar, así como un lazo o pita gruesa de 1.50 metros.
- Antropometrista: Pídale a la madre del niño(a) que lo(la) deje con la menor cantidad de ropa posible.
- NOTA. Los niños(as) deben pesarse: descalzos, sin fajas, sin gorras, sin joyas o llaves, etc.
- Antropometrista y Auxiliar: Cuelgue el lazo o pita gruesa de una viga del techo o de un árbol. La balanza debe de colgar a la altura de los ojos. En este caso, amarre los extremos de la cuerda formando una argolla y amárrela luego alrededor de la viga del techo, de la rama del árbol o lugar adecuado. Coloque el pañal o el calzón, para pesar en el gancho de la balanza. Calibre la balanza en cero, después quítelos.
- Antropometrista: Pídale a la madre o encargada del niño(a) que lo sostenga, usted meta sus brazos en los orificios de las piernas del calzón asegúrese que el tirante del calzón quede sobre sus brazos.
- Antropometrista: Tome los pies del niño(a) y ubíquelos a través de los orificios de las piernas asegúrese que el tirante quede en frente del niño(a).
- Es importante que la madre esté siempre cerca del niño(a).

**IMPORTANTE:** *mientras el niño(a) tiene puesto el calzón para pesar, usted o la madre debe cargarlo para evitar que tropiece y se caiga, sostenga al niño(a) en sus brazos, o dáselo a la madre, no lo lleve de un lugar a otro colgado del tirante.*

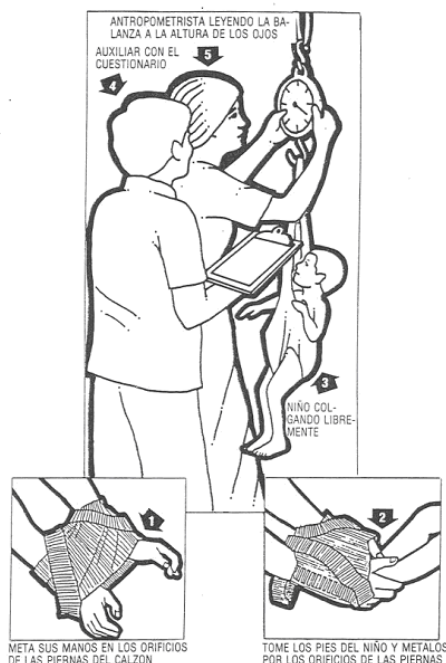
### 1. Pasos para toma de peso en niños menores de 3 años – 35 meses 29 días - (Balanza Salter)

- Auxiliar: Tenga listo el cuestionario y cerca de donde va a realizar la toma de peso.
- Antropometrista: Meta el tirante del calzón en el gancho de la balanza y baje suavemente al niño(a) de manera que quede colgado libremente.
- El niño debe quedar con un brazo adelante y otro atrás, y la cabecita en medio del tirante. OJO: si un niño o niña se agarra de los tirantes y coloca muy bien su cabecita en medio del tirante, también es posición correcta.
- Antropometrista y Auxiliar: Revisen rápidamente la posición del niño(a) y de la balanza. Que la balanza esté colgada de manera segura y a la altura de sus ojos, que el niño(a) cuelgue libremente y sin tocar nada. Corrija inmediatamente cualquier error.
- Antropometrista: Cuando el niño(a) esté en la posición correcta, sostenga la balanza, pero suelte para leer el peso; lea en voz alta el peso, después que la aguja deje de moverse, aproximándolo al 0.1 kg. Más cercano. Algunos niños(as) son muy activos, lo que provoca que la aguja de la balanza se mueva mucho, pero se quedarán quietos por unos segundos, aproveche para poder leer el peso.



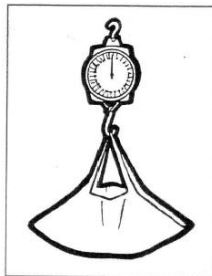
- ✓ Auxiliar: Inmediatamente anote el peso en el formulario, con 3 números enteros y un decimal; ejemplo: 020.2 cms, 012.0 cms.
- ✓ Antropometrista: Mientras el Auxiliar anota los datos, sostenga al niño(a) y levántelo suavemente por el cuerpo. **NO LEVANTE AL NIÑO(A) CON EL TIRANTE DEL CALZÓN.**
- ✓ Auxiliar: Tan pronto como haya terminado de anotar los datos, muestre inmediatamente el cuestionario al Antropometrista.
- ✓ Antropometrista: Revise los datos anotados en el formulario, para asegurarse de su exactitud y legibilidad, si no es así, indique al auxiliar que corrija cualquier error.
- ✓ Antropometrista y Auxiliar: Con la ayuda de la madre, quítele al niño(a) el calzón de pesar y devuelva el niño(a) a la madre.

## Uso de la Balanza Salter para la toma de peso en niños



- Antropometrista: Si usa pañal para pesar a los niños(as) que todavía no se sientan, coloque el pañal abierto a sus brazos y pídale a la madre que coloque al niño(a) sobre el pañal. Vea que todas las argollas estén colocadas dentro del gancho correctamente (para evitar accidentes), y luego cuelgue suavemente el pañal con el niño en la balanza.
- Auxiliar: Ubíquese de pie un poco atrás del Antropometrista, de manera que quede frente a la balanza para que pueda observar los datos en la misma. Asegúrese que el niño(a) no esté tocando nada.

Uso de pañal para pesar niños en la balanza:



## **TOMA DE PESO DE NIÑOS MAYORES DE 3 AÑOS (36 meses) Y ADULTOS**

### **A. PROCEDIMIENTO PARA LA TOMA DE PESO DE NIÑOS MAYORES DE 3 AÑOS Y ADULTOS:**

- Explicar a las personas que van a ser pesadas, de igual forma que fueron talladas, y para ello es necesario seguir ciertos procedimientos.
- Asegúrese de colocar la balanza en una superficie plana, sólida y segura.
- Explicar cómo debe colocarse sobre la balanza.
- Pida al sujeto a medir que se quite sus zapatos, objetos que pueda variar el peso y se pesará con el mínimo de ropa posible.

### **B. PASOS A SEGUIR PARA LA TOMA DE PESO:**

- Antropometrista: coloque al sujeto a medir frente a la balanza.
- Antropometrista: encienda la balanza y espere a que aparezcan los ceros y le pide a la persona que se coloque con sus pies separados en el centro de la balanza.
- Antropometrista: espere a que el peso quede fijo o que la balanza le indique el momento para leer el peso.
- Antropometrista: anote inmediatamente el peso, con tres enteros y un decimal. Ejemplo: 102.4 ó 088.2
- Antropometrista: pida al sujeto que se baje de la balanza e infórmele cuánto pesó; inmediatamente dele las gracias.
- La determinación del peso se realizará con balanza electrónica marca CAMRY, de precisión de 100 grs.



### C. ESTANDARIZACIÓN DE LA TOMA DE MEDIDAS:

- Durante el proceso de capacitación del personal de campo, se seleccionará a las personas que se estandarizarán para la tarea de tomar las medidas antropométricas en el campo.
- En la estandarización se toma en cuenta que cada antropometrista sea exacta y precisa al tomar las medidas. En antropometría, precisión se define como la habilidad de repetir la medición de la misma persona con variación mínima. Por otro lado, exactitud es la habilidad de obtener una medición que replica tanto como se pueda el "verdadero valor". Consistencia: que el antropometrista mida en forma exacta y precisa.
- La estandarización de las antropometristas es un componente esencial de la capacitación en antropometría. Usted se puede convertir en una experta antropometrista si se esfuerza por mejorar y por seguir cada paso del procedimiento de la misma manera. La calidad y velocidad con que usted toma las medidas, mejorarán con la práctica. Seguramente tendrá que pesar y medir muchos niños(as). No tome estos procedimientos a la ligera, aunque aparentemente sean simples y repetitivos.
- Es fácil cometer errores si no se tiene suficiente cuidado.
- Es importante que las medidas se anoten con los números modelos que ya se dieron, para evitar errores de lectura y escritura.

## **INSTRUCCIONES PARA EL USO DE LA BALANZA DE PIE**

### **MARCA CAMRY**

- Quitar el plástico a la batería, para que ésta empiece a funcionar.
- Verifique que la batería quede bien colocada, haciendo contacto.
- Coloque la tapadera de la batería, asegurándose que quede bien ajustada.
- Verifique que el switch de libras y kilogramos, quede en kilogramos.
- Coloque la balanza en una superficie plana y segura.
- Presione el lado derecho inferior de la plataforma de la balanza, para su encendido.
- Le aparecerá 8888, pero usted debe de esperar a que aparezcan 00 (cero cero)
- Cuando aparezca ERR (error), deberá repetir otra vez el procedimiento.
- Suba al sujeto a la plataforma de la balanza, con los pies separados, debajo de la ventanilla donde se lee el peso.
- Cuando el peso quede fijo, usted puede anotar el número en el formulario.
- Verifique que el peso que escribió sea la del sujeto anotado en el formulario, en la línea adecuada.
- Baje al sujeto y espere 8 segundos para iniciar un nuevo proceso, mientras le pide al siguiente sujeto quitarse los zapatos y las accesorios que puedan alterar su peso.