SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

SEP
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN PÚBLICA

DIF Nacional

conafe
Consejo Nacional de Fomento Educativo

CDI
COMISIÓN NACIONAL PARA EL DESARROLLO DE LOS PUEBLOS INDÍGENAS

INCMNSZ

Guía rápida del antropometrista para toma y registro de peso y talla

PARA PESAR

Antes de comenzar a utilizar la báscula, lea toda la información del manual de usuario para obtener un aprovechamiento óptimo.

Utilizar la báscula proporcionada para tal fin, se podrán utilizar básculas de apoyo del mismo tipo, modelo o marca.

Es importante verificar lo siguiente antes de iniciar la actividad:

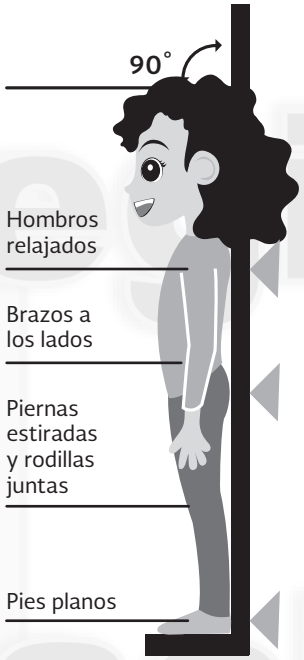
- El peso de la niña o niño debe tomarse SIN zapatos, chamarra, suéter, o chaleco.
- La niña use su falda y camisa del uniforme escolar, el niño pantalón y camisa, es decir no usar prendas extras que alteren su peso real.
- Deberá tener el mínimo de ropa necesario.
- La unidad de medida en la báscula se muestre en kilogramos y no en libras.
- No haya objetos que impidan la toma adecuada de peso.
- Mantener una actitud generadora de confianza para que la niña o niño faciliten la actividad.

TÉCNICA DE TOMA DE PESO

1. Colocar a la niña o niño descalza (o) sobre la báscula y mirando al frente.
2. Colocar a la niña o niño al centro de la báscula en posición de firmes, es decir, totalmente recto y mirando al frente, poner los brazos a los costados colgados y pegados al cuerpo, talones juntos y puntas separadas, cuidar que los pies no salgan de la superficie de la báscula.
3. Vigilar que la niña o niño no se recargue o sujete de ningún objeto.
4. Indicar a la niña o niño que no se mueva, para que la báscula arroje datos exactos.
5. El antropometrista deberá estar de frente de la niña o niño y observar los datos que arroje la pantalla.
6. La lectura debe tomarse al tiempo en que los números que aparecen en la pantalla dejan de parpadear, en ese momento el antropometrista registra en su formulario el dato obtenido y posteriormente invitará a la niña o niño a bajar de la báscula.
7. Registrar el peso en el Formato de Registro proporcionado, con letra de molde, sin tachaduras, borrones, corrector y el documento deberá mantenerse en buenas condiciones.
8. Dar las gracias a la niña o niño por su colaboración y continuar con el pesaje y registro.
9. Retirar las pilas de la báscula una vez que se hayan obtenido las mediciones.

Postura correcta para la medición de peso

Postura correcta para la medición de talla



***El plano de Frankfurt.** Se refiere a una línea imaginaria que se marca entre la órbita inferior del ojo y el cartílago prominente de la oreja de la niña o niño que estamos midiendo. Esto con el fin de obtener una medición correcta.

RECUERDE QUE...

Para el mejor desarrollo de la actividad es importante contar con una persona que auxilie al antropometrista en todo momento.

PARA MEDIR

Antes de comenzar a utilizar el estadímetro, lea toda todas las indicaciones de colocación.

Es importante verificar lo siguiente antes de iniciar la actividad:

- La niña o niño deberá estar descalza (o) durante la medición.
- La niña o niño deberá tener el mínimo de ropa necesario.
- No haya objetos que impidan una medición adecuada.
- Quitar a la niña o niño cualquier objeto que lleve en la cabeza y que pueda interferir con la medición (gorras, pasadores, chongos, moños, peinados altos, trenzas).
- La talla se mide de pie en posición de firmes. La cabeza, espalda, glúteos, pantorrillas y talones deben estar pegados a la pared.
- Mantener una actitud generadora de confianza para que la niña o niño faciliten la actividad.

TÉCNICA DE TOMA DE TALLA

1. Colocar a la niña o niño de pie en posición de firmes. La cabeza, espalda, glúteos, pantorrillas y talones deben estar pegados a la pared.
2. Los pies deben formar un ángulo de 45 grados aproximadamente, es decir, las puntas ligeramente separadas y los talones juntos. La línea media del cuerpo debe coincidir con la línea media del estadímetro. Cuidar que las pantorrillas y talones estén pegados a la pared.
3. El antropometrista debe estar colocado del lado izquierdo de la niña o niño. Con su mano izquierda sujetará la barbilla, sin tapar los orejas o abarcar toda la cara, con el fin de controlar la cabeza y orientarla hacia el plano de Frankfurt*.
4. La persona que auxilie en la medición, con su mano derecha deslizará el estadímetro hasta tocar la parte superior o coronal de la cabeza de la niña o niño. Dicha acción se repetirá por lo menos en dos ocasiones con el propósito de verificar la medición.
5. Para poder realizar la lectura, el antropometrista deberá colocar los ojos a la altura de la ventanilla del instrumento con el fin de que sea lo más exacta posible.
6. Registrar la talla en el Formato de Registro proporcionado, con letra de molde, sin tachaduras, borrones, corrector, el documento deberá mantenerse en buenas condiciones.
7. Dar las gracias a la niña o niño por su colaboración y continuar con el pesaje y registro.