

O profissional deverá ser capacitado quanto ao conceito e à importância da antropometria.

Conceito: método de obtenção das medidas corporais de indivíduos.

Importância: permite determinar o estado nutricional de indivíduos e populações; é de fácil aplicação em todos os serviços de saúde, prático e amplamente aceito pela população, por ser um método não-invasivo.

Principais tipos de medidas antropométricas nos serviços de saúde:

- Peso;
- Comprimento (para crianças menores de 2 anos);
- Altura ou estatura (para crianças maiores de 2 anos e adultos)



O antropometrista (profissional capacitado para a coleta de medidas antropométricas) precisa ter alto senso:

- da importância de um ambiente adequado para a obtenção das medidas;

- das características dos equipamentos utilizados;

- da necessidade do uso da técnica correta da coleta das medidas antropométricas e da manutenção dos equipamentos (em particular, a aferição periódica da balança pela assistência técnica credenciada pelo Instituto Nacional de Metrologia, Normalização e Qualidade Industrial - INMETRO).

- de responsabilidade, concentração e atenção durante a realização dos procedimentos, para que as medidas obtidas sejam confiáveis e precisas.

Sala de Preparo



**Pesando crianças menores de
2 anos ou com até 16 kg**

Balança pediátrica mecânica



- citar os dois tipos de versões para a balança pediátrica: **eletrônica e mecânica** (a mais utilizada nos serviços de saúde);

- apresentar a **balança pediátrica mecânica**, descrevendo a população e a faixa etária para as quais é utilizada (crianças de 0 – 2 anos);

- descrever as partes do equipamento: cursores maior e menor, fiel, agulha do braço, trava, calibrador e prato da balança;

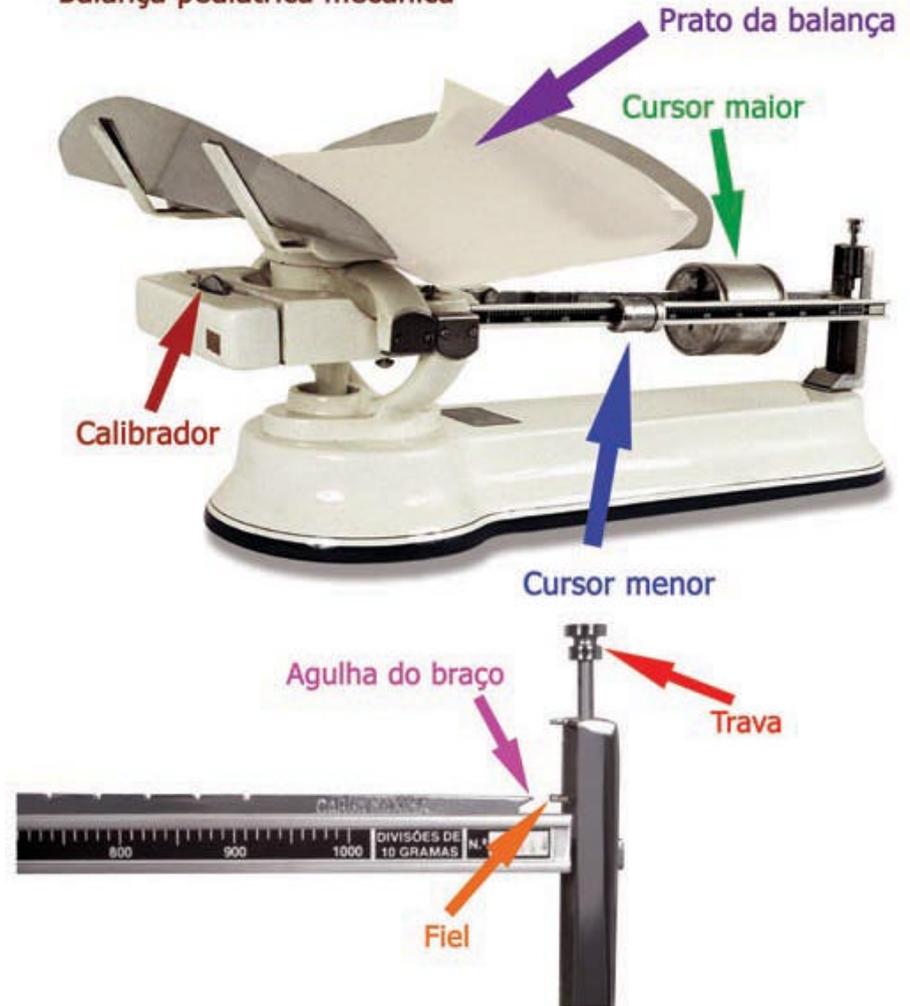
- enfatizar que:

1. a balança deve estar apoiada sobre uma superfície plana, lisa e firme;

2. o prato da balança deve ser forrado com uma proteção (papel descartável ou fralda) antes da calibragem, para evitar erros na pesagem.

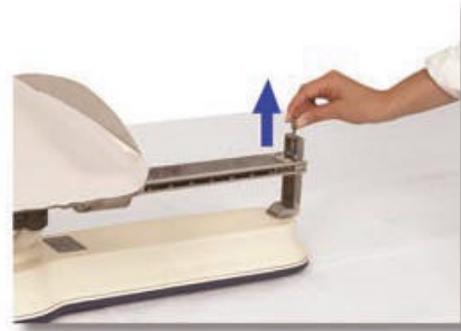
Pesando crianças menores de 2 anos ou com até 16 kg

Balança pediátrica mecânica



Pesando crianças menores de 2 anos ou com até 16 kg

- destravar a balança (1º passo);
- verificar se a balança está calibrada (a agulha do braço e o fiel devem estar na mesma linha horizontal). Caso contrário, calibrá-la, girando lentamente o calibrador (2º passo);
- até que a agulha do braço e o fiel estejam nivelados (3º passo).



1º passo

2º passo



3º passo

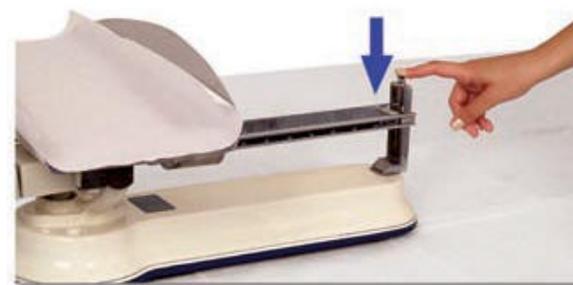
- após constatar que a balança está calibrada, ela deve ser travada (4º passo);

- despir a criança com o auxílio da mãe (5º passo);

- colocar a criança sentada ou deitada no centro do prato, de modo a distribuir o peso igualmente; destravar a balança, mantendo a criança parada o máximo possível nessa posição (6º passo).

Pesando crianças menores de 2 anos ou com até 16 kg

4º passo >



< 5º passo

6º passo >



Pesando crianças menores de 2 anos ou com até 16 kg

Mover os cursores sobre a escala numérica:

- primeiro o maior para os quilos (7º passo);

depois o menor para os gramas (8º passo);

- até que a agulha do braço e o fiel estejam nivelados (9º passo).



7º passo

8º passo



9º passo

- travar a balança, evitando, assim, que sua mola desgaste, assegurando o bom funcionamento do equipamento (10º passo);

- realizar a leitura de frente para o equipamento, com os olhos no mesmo nível da escala, a fim de visualizar melhor os valores apontados pelos cursores (11º passo).

Pesando crianças menores de 2 anos ou com até 16 kg



10º passo



11º passo

Pesando crianças menores de 2 anos ou com até 16 kg

- fazer a anotação do peso na ficha da Vigilância Alimentar e Nutricional/prontuário (12º passo);
- retirar a criança e retornar os cursores ao zero na escala numérica (13º passo);
- marcar o peso no Cartão da Criança (14º passo).

12º passo >



< 13º passo

14º passo >



Medindo crianças menores de 2 anos

Antropômetro horizontal



– abordar a existência de diferentes tipos de antropômetros;

– apresentar o antropômetro horizontal, descrevendo a população e a faixa etária para as quais é utilizado (crianças de 0 – 2 anos);

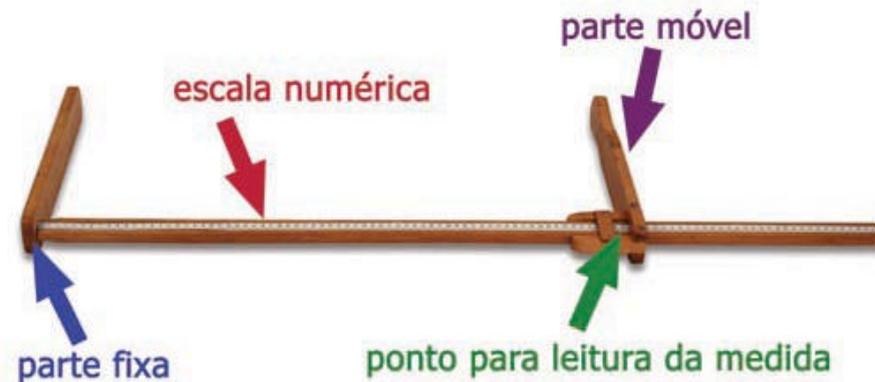
– descrever as partes do equipamento: parte fixa, parte móvel, escala numérica, ponto para leitura da medida;

– enfatizar que o antropômetro deve estar apoiado em uma superfície plana, firme e lisa;

– ressaltar que a fita métrica de costura não deve ser utilizada, pois tende a esgarçar e desgastar com o tempo, alterando, assim, a medida. Recomendar o uso de fita métrica inelástica, que apresenta uma maior durabilidade.

Medindo crianças menores de 2 anos

Antropômetro horizontal



Medindo crianças menores de 2 anos

- deitar a criança no centro do antropômetro, descalça e com a cabeça livre de adereços (1º passo);
- manter, com a ajuda da mãe/outra pessoa:
 - a cabeça apoiada firmemente contra a parte fixa do equipamento, com o pescoço reto e o queixo afastado do peito;
 - os ombros totalmente em contato com a superfície de apoio do antropômetro;
 - os braços estendidos ao longo do corpo (2º passo);
 - as nádegas e os calcanhares da criança em pleno contato com a superfície que apóia o antropômetro (3º passo).
- pressionar, cuidadosamente os joelhos da criança para baixo, com uma das mãos, de modo que eles fiquem estendidos; juntar os pés, fazendo um ângulo reto com as pernas. Levar a parte móvel do equipamento até a planta dos pés, com cuidado para que não se mexam (4º passo).



1º passo

2º passo



3º passo

4º passo

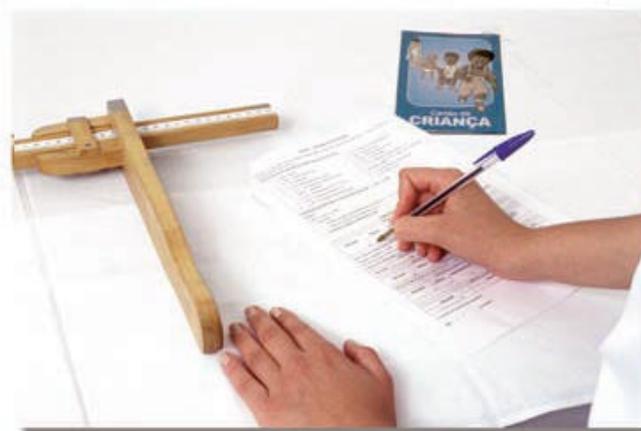


Medindo crianças menores de 2 anos

- fazer a leitura do comprimento quando estiver seguro de que a criança não se moveu da posição indicada (5º passo);

- anotar o valor obtido na ficha da Vigilância Alimentar e Nutricional/prontuário. Por último, retirar a criança (6º passo).

5º passo >



< 6º passo

**Pesando crianças maiores de
2 anos/adultos**

Balança plataforma mecânica



Pesagem de crianças maiores de 2 anos/adultos

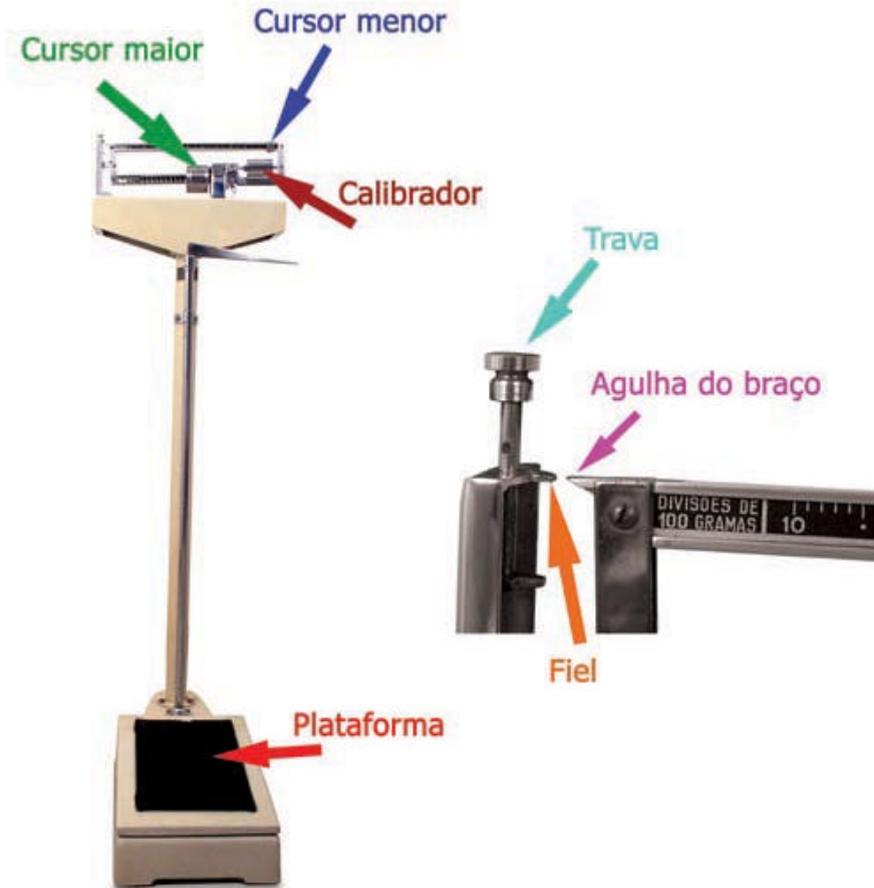
– citar os dois tipos de versões para a balança plataforma: **eletrônica e mecânica** (a mais utilizada em serviços de saúde);

– apresentar a balança plataforma mecânica, descrevendo a população e a faixa etária para as quais é utilizada (crianças maiores de 2 anos e adultos);

– descrever as partes do equipamento: cursor maior, cursor menor, fiel, agulha do braço, calibrador e plataforma da balança;

– enfatizar que a balança deve estar:
· apoiada sobre uma superfície plana, lisa e firme;
· afastada da parede e travada.

Balança plataforma mecânica



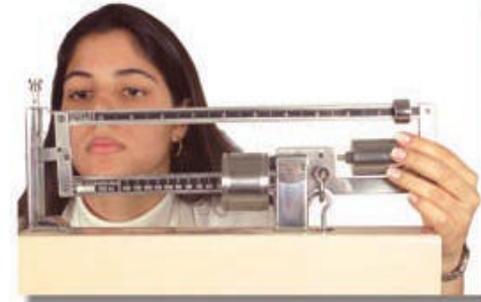
Pesando crianças maiores de 2 anos/adultos

- destravar a balança (1° passo);
- verificar se a balança está calibrada (a agulha do braço e o fiel devem estar na mesma linha horizontal). Caso contrário, calibrá-la, girando lentamente o calibrador (2° passo);
- até que a agulha do braço e o fiel estejam nivelados (3° passo).



1º passo

2º passo



3º passo

Pesando crianças maiores de 2 anos/adultos

– após o calibramento da balança, ela deve ser travada e só então a criança/adulto subirá na plataforma para ser pesado (4º passo);

– posicionar a criança/adulto de costas para a balança, descalço, com o mínimo de roupa possível, no centro do equipamento, ereto, com os pés juntos e os braços estendidos ao longo do corpo. Mantê-lo parado nessa posição (5º passo);

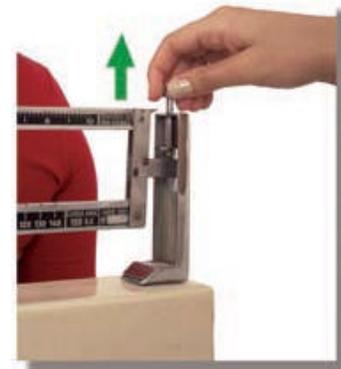
– destravar a balança (6º passo);

4º passo >



< 5º passo

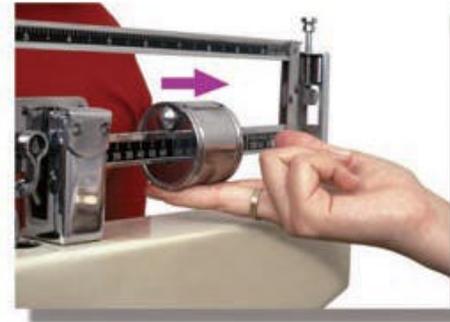
6º passo >



Pesando crianças maiores de 2 anos/adultos

Mover os cursores sobre a escala numérica:

- primeiro o maior para os quilos (7º passo);
- depois o menor para os gramas (8º passo);
- até que a agulha do braço e o fiel estejam nivelados (9º passo).



7º passo

8º passo

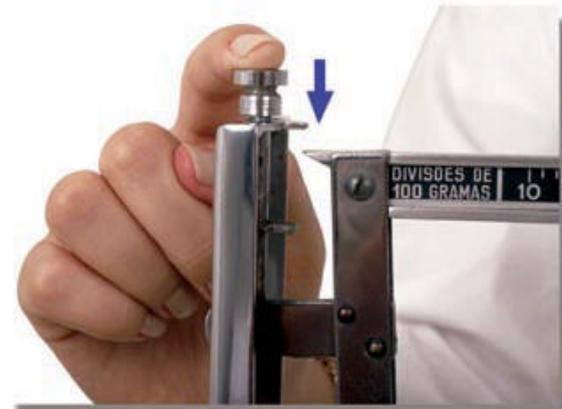


9º passo

Pesando crianças maiores de 2 anos/adultos

- travar a balança, evitando, assim que sua mola desgaste, assegurando o bom funcionamento do equipamento (10° passo);

- realizar a leitura de frente para o equipamento, a fim de visualizar melhor os valores apontados pelos cursores (11° passo).



10º passo



11º passo

Pesando crianças maiores de 2 anos/adultos

- anotar o peso na ficha da Vigilância Alimentar e Nutricional/ prontuário (12º passo);
- retirar a criança/adulto (13º passo);
- retornar os cursores ao zero na escala numérica (14º passo);
- marcar o peso das crianças até 6 anos de idade no Cartão da Criança (15º passo).



12º passo



13º passo



14º passo

15º passo



**Medindo crianças maiores de
2 anos/adultos**

Antropômetro vertical



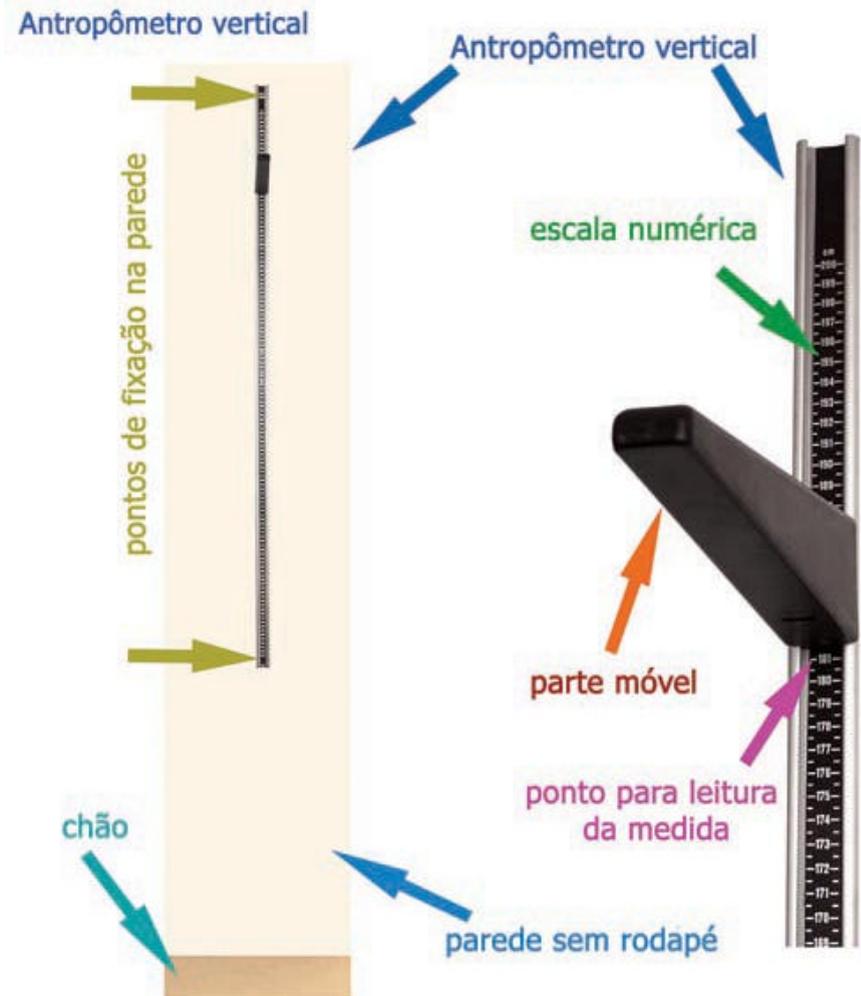
Medindo crianças maiores de 2 anos/adultos

abordar a existência de diferentes tipos de antropômetros;

apresentar o antropômetro vertical, descrevendo a população e a faixa etária para as quais é utilizado (crianças maiores de 2 anos e adultos);

descrever as partes do equipamento: parte móvel, escala numérica, ponto para leitura da medida;

ênfatisar a importância do antropômetro:
- estar fixado numa parede lisa e sem rodapé;
- estar posicionado numa distância correta do chão, de modo a garantir uma leitura fidedigna da estatura.



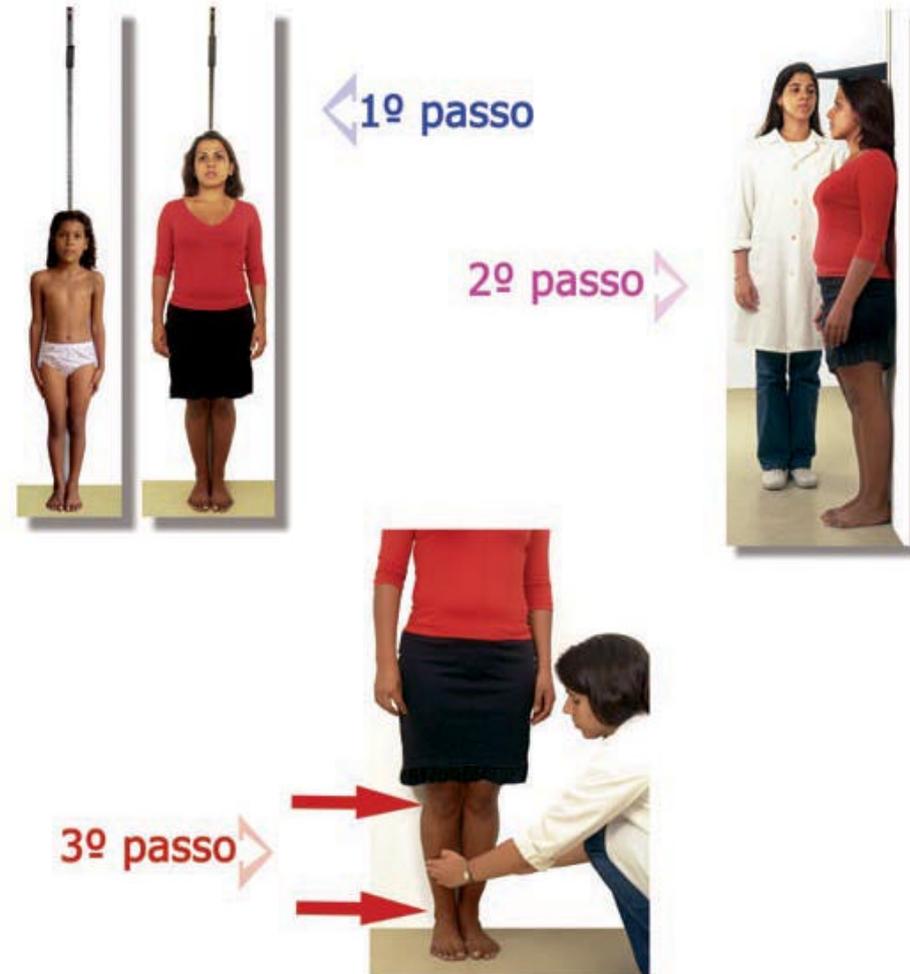
Medindo crianças maiores de 2 anos/adultos

posicionar a criança/adulto descalço no centro do equipamento, com a cabeça livre de adereços; ele deve se manter:

de pé, ereto, com os braços estendidos ao longo do corpo, a cabeça erguida, olhando para um ponto fixo na altura dos olhos (1º passo);

os calcanhares, ombros e nádegas em contato com o antropômetro/parede (2º passo);

os ossos internos dos calcanhares devem se tocar, assim como a parte interna de ambos os joelhos; os pés unidos mostram um ângulo reto com as pernas (3º passo).



Medindo crianças maiores de 2 anos/adultos

abaixar a parte móvel do equipamento, fixando-a contra a cabeça, com pressão suficiente para comprimir o cabelo. Retirar a criança/adulto, quando tiver certeza de que o mesmo não se moveu (4º passo);

realizar a leitura da estatura, sem soltar a parte móvel do equipamento (5º passo);

anotar o resultado na ficha da Vigilância Alimentar e Nutricional/prontuário (6º passo).



4º passo



5º passo



6º passo

A **antropometria** não deve ser entendida como uma simples ação de pesar e medir, mas, sobretudo, como uma **atitude de vigilância**. Isso significa ter um olhar atento para o estado nutricional, permitindo uma ação precoce, quando constatada alguma alteração. Não se pode esquecer de que essas medidas irão subsidiar ações voltadas para a promoção e assistência à saúde tanto individual quanto coletivamente.

