

PROTOCOLO DE MEDICIÓN DE PLIEGUES CUTÁNEOS PARA LA ENFERMERA

Estudio Longitudinal “Envejecer en España”

LONGITUD Y CIRCUNFERENCIA DEL BRAZO Y PLIEGUE TRICIPITAL

Material necesario: Cinta métrica, marcador, lipocalibre modelo HOLTAIN T/W SKINFOLD CALIPERS, Crymych U.K.

Instrucciones:

- 1) Medir la longitud del brazo NO DOMINANTE (si por cualquier motivo no se puede hacer en el no dominante hacerlo en el dominante y anotarlo). Para ello, pedir a la persona que se ponga de pie (si no es posible se puede hacer la medición con la persona sentada o incluso tumbada de lado) y que se arremangue bien el brazo no dominante. Debe quedar luego con los hombros relajados, los brazos caídos pegados al cuerpo y el antebrazo flexionado a 90°. Localizar el borde posterior del acromion y medir desde aquí a la parte distal del olécranon en la línea media del brazo. Memorizar esa distancia. Hacer una marca A LA MITAD de esa distancia en la línea media de la parte posterior del brazo. Apuntar la LONGITUD TOTAL del brazo. **Q04A1_ENF**
- 2) Después de que el sujeto deje caer el antebrazo, medir la circunferencia del brazo a la altura de la marca realizada, con la cinta de medida perpendicular al brazo, sin comprimirlo con la cinta pero tampoco dejándola destensada. Asegurarse que el brazo está relajado. Anotar la cifra. **Q04B1_ENF Q04B2_ENF Q04B3_ENF**

3) Coger el pliegue tricípital paralelo al brazo con el índice y el pulgar de la mano izquierda mirando hacia abajo y a 2 cm por encima de la marca de la parte posterior del brazo. Para asegurarse de que no se ha cogido parte del músculo en el pliegue, pedir al encuestado que flexione y extienda el antebrazo y asegurar el pliegue subcutáneo. Aplicar las puntas del plicómetro, que se sujeta con la mano derecha, a los lados del pliegue a la altura de la marca, aflojar la empuñadura del plicómetro y anotar la medida que muestre a los 3 segundos.

Q04C1_ENF Q04C2_ENF Q04C3_ENF

4) En personas con mucho panículo adiposo puede ser imposible obtener el pliegue. En ese caso hacerlo constar.

Precisión: Para la longitud y la circunferencia sin decimales. Para el pliegue aproximar a la subdivisión de 0,2 mm más cercana (sólo pueden aparecer los siguientes decimales: 0, 2, 4, 6, 8)

Brazo en el que ha tomado la medición (siempre que pueda tiene que ser el derecho): 1. Derecho 2. Izquierdo **P5_ENF**

¿Ha cooperado el entrevistado? **P6_ENF**

1. Si
2. No del todo por enfermedad, dolor u otros síntomas o molestias
3. No, sin ninguna razón aparente

¿En qué posición se han tomado las medidas? **P7_ENF**

1. De pie
2. Sentado
3. Tumbado

Motivos por los que no se ha podido hacer la medición del pliegue tricípital:

El encuestado ha pensado que no sería seguro realizar la medición 0 No 1 Sí **P4D_ENF1**

El enfermero/a ha pensado que no sería seguro realizar la medición 0 No 1 Sí **P4D_ENF2**

El encuestado no ha querido que se realizara la medición 0 No 1 Sí **P4D_ENF3**
No se ha podido utilizar ninguno de los brazos por cirugía, herida, inflamación o enfermedad 0 No 1 Sí **P4D_ENF4**

No ha sido posible conseguir el pliegue tricípital 0 No 1 Sí **P4D_ENF5**

Problemas con el equipamiento 0 No 1 Sí **P4D_ENF6**

Otro (especificar) **P4D_ENF8**

PLIEGUE SUBESCAPULAR

Material necesario: Cinta métrica, marcador, lipocalibre, modelo HOLTAIN T/W SKINFOLD CALIPERS, Crymych U.K.

Instrucciones:

- 1) Con el individuo de pie y con los brazos caídos junto al cuerpo (si no es posible se puede hacer la medición con la persona sentada o incluso tumbada de lado), localizar el ángulo inferior de la escápula derecha (si por cualquier motivo no se puede hacer en la derecha, hacerlo en la izquierda y anotarlo) y marcar 2 cm por debajo de ese ángulo. Es muy fácil localizar este ángulo pidiéndole al sujeto que se toque la parte baja de la espalda con ese brazo. Poner el dedo índice de la mano izquierda justo debajo del ángulo de la escápula y coger un pliegue con el pulgar izquierdo por debajo de forma que se cree una banda de piel y grasa subcutánea oblicua a la columna a la altura de la marca realizada.
- 2) Aplicar las puntas del plicómetro perpendiculares al pliegue donde está la marca y anotar la cifra que aparezca 3 segundos después de aflojar la empuñadura. **Q08A1 Q08A2 Q08A3**

Precisión: Aproximar a la subdivisión de 0,2 mm más cercana (sólo pueden aparecer los siguientes decimales: 0, 2, 4, 6, 8)

Escápula en la que ha tomado la medición (siempre que pueda tiene que ser la derecha): 1. Derecho 2. Izquierdo **P9_ENF**

¿Ha cooperado el entrevistado? **P10_ENF**

1. Si
2. No del todo por enfermedad, dolor u otros síntomas o molestias
3. No, sin ninguna razón aparente

¿En qué posición se han tomado las medidas? **P11_ENF**

1. De pie
2. Sentado
3. Tumbado

Motivos por los que no se ha podido hacer la medición del pliegue subescapular:

El encuestado ha pensado que no sería seguro realizar la medición 0 No 1 Sí
P8A_ENF1

El enfermero/a ha pensado que no sería seguro realizar la medición 0 No 1 Sí
P8A_ENF2

El encuestado no ha querido que se realizara la medición 0 No 1 Sí **P8A_ENF3**
No se ha podido utilizar ninguna de las dos escápulas por cirugía, herida,
inflamación o enfermedad 0 No 1 Sí **P8A_ENF4**

No ha sido posible conseguir el pliegue subescapular 0 No 1 Sí **P8A_ENF5**

Problemas con el equipamiento 0 No 1 Sí **P8A_ENF6**

Otro (especificar) **P8A_ENF8**