

**Nombre de alumnos: Oded Yazmin
Sánchez Alcázar**

**Nombre del profesor: Culebro
Castellanos Cecilio**

Nombre del trabajo: Apuntes

Materia: Epidemiología I

Grado: 2

Grupo: A

Valoración Alimentaria o Evaluación Del Estado Nutricional 08/06/2020.

Valoración nutricional puede ser definida como la interpretación de la información obtenida de la información sobre la ingestión de alimentos de las personas. Para poder hacer un diagnóstico nos podemos ayudar de estudios de laboratorio, clínicos, antropométricos. Para planificar el estudio nutricional hay que ver que come, cuánto. La valoración nutricional es una evaluación esencial a fin de determinar el estado nutricional de la persona, nos permite determinar los riesgos de salud que puede presentar respecto a su estado nutricional, así como cuidar el crecimiento, la formación, desarrollo, como ya mencionamos o ante lo podemos hacer mediante medición antropométrica la cual consiste en la toma de talla, peso, la masa muscular puede ser el cálculo del perímetro muscular del brazo mediante la circunferencia o perímetro del brazo con cinta métrica, además tenemos herramientas para la evaluación de los niños como la balanza, estadiómetro, cinta métrica en la exploración física podemos ver las condiciones de las vías, pero. Por otro lado para la valoración de la grasa (capa) se suele medir los pliegues subcutáneos de distintos puntos del cuerpo con un lipocaliper.

Metodos De Evaluación Dietetica.

12

La evaluación dietetica es una herramienta fundamental, donde se deben recolectar que alimentos fueron consumidos, cuanto se consumio, con que frecuencia, que otros alimentos fueron consumidos. Para calcular el porcentaje lo podemos hacer con balanzas, medidas caseras como cucharas y tazas. En cuanto a los errores encontramos que el personal no esta capacitado entonces muchas veces este no podia describir adecuadamente las comidas, las cantidades consumidas, incluso el nombre de alimentos y por esa razón habia errores en los datos obtenidos, ademas si no se conoce con exactitud los ingredientes no podemos saber cuanto nos aporta si es beneficioso o no y si en el caso de que si es beneficioso no podemos saber cual es la cantidad correcta que el cuerpo requiere, ademas debemos preguntar del lugar que es pues quizo en el lugar que yo vivo realicen una determinada comida y en otro lugar realicen la mismo pero con mas o con menos ingredientes entonces los nutrientes van cambiando y de igual manera las calorías, ademas en los alimentos cocidos durante la cocción se van a perder algunas vitaminas, minerales, la evaluación dietetica dependiendo del metodo que usemos es distinto e incluso en el tiempo pero todas nos ayudan a identificar en la población las posibles alteraciones del estado nutricional.

Nutrición en Salud Pública

[3]

Debemos desarrollar actividades prevención y prevención recuperación, rehabilitación del estado nutricional de las personas en el periodo prepatogénico debe haber una **nutrición inteligente**, **control de peso**, **energía** y **forma física** **Corazón Saludable**, **envejecimiento Saludable** también analiza la aplicación complementaria, la nutrición según la **OMS** la **nutrición** es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo en cuanto a la **nutrición comunitaria** son el conjunto de acciones integrales de nutrición y alimentación para ser impartidas en el contexto social y geográfico de una comunidad con el **objetivo** de **potenciar y mejorar** el estado nutricional, algunas de las funciones de la nutrición comunitaria son **identificar**, y **evaluar** los **problemas nutricionales** de los diferentes grupos o que componen la población con especial énfasis de los grupos de riesgo incluyendo el diseño, ejecución, interpretación elaboración material educativo y de apoyo a las actividades de promoción y prevención de la salud relacionada con la alimentación y la nutrición además de asesorar y colaborar con instituciones que lleven a cabo actividades relacionadas con la alimentación y nutrición en cuanto al **análisis nutricional** nos **permite** investigar la **relación etiológica** entre la **ingesta** y el **desarrollo de enfermedades**.

Estado nutricional determinante y métodos para su evaluación [4]

El **estado nutricional** es la situación de Salud y bienestar que determina la nutrición en una persona o colectivo. Mediante la **evaluación del estado nutricional** a través de **Indicadores antropométricos** (**peso, talla, IMC, composición corporal**) es posible diagnosticar que una persona se encuentra en un peso bajo, peso normal, sobrepeso u obesidad y que por tanto ha ingerido menos o más de la energía requerida. Empleando **Indicadores bioquímicos** **Inmunológicos**, **o clínicos** es posible detectar **carencia de nutrientes**, algunos de los **factores determinantes** del estado nutricional son **factores físicos, genéticos, biológicos, culturales, psico-socio-económicos, ambientales**, el **estado nutricional** es el resultado del **balance** entre las necesidades y el gasto de energía alimentaria y otros nutrientes esenciales. Otros **factores determinantes** del estado nutricional puede ser la **alimentación** como la **disponibilidad de alimentos, acceso a los alimentos, consumo de alimentos** **Inocuos y de buena calidad** y **costumbres alimentarias, gustos y preferencias**. En el **estado nutricional** **Salud** puede ser el estado fisiológico, estado de Salud **Utilización personal de Servicios de Salud, saneamiento** **actividades domésticas** además tenemos **ciudades y nutrición** que sea la capacidad de la familia y de la comunicación para cuidar de la persona vulnerable.

Epidemiología.

15/06/20

Normas Oficiales Mexicanas para prevención y atención de la desnutrición y de la alimentación.

Norma Oficial Mexicana **Norm-043-SSA2-2005**

Servicios básicos de salud. Promoción y educación para la Salud en Materia alimentaria.

- Nos habla de **promoción en materia alimentaria** de como debemos de comer, con materiales didácticos de rápida comprensión. La parte de orientación alimentaria va dirigida a personas. Ejemplo en un Kinder como le voy a enseñar a mamá para alimentar al niño, pero con lo que está cosechando en el momento para orientadas ya sea a través de periódicos murales, rotafolios. Por ejemplo en el **programa de desayuno escolares** el objetivo sería que la población infantil precolar con desnutrición o en riesgo a través de una ración alimentaria pertinente para mejorar el aprovechamiento escolar para mejorar el aprovechamiento escolar y disminuir ausentismo. Por otro lado de acuerdo a la **valoración nutricional** **determinamos** que niños tengan **sobrepeso, obesidad, desnutrición.**

Orientación alimentaria, evaluación alimentaria **evaluación nutricional** para ver si no hay alguna **patología**, **evaluación de disponibilidad de alimentos** (de acuerdo de la situación alimentaria)

Para tener una dieta **correcta** es necesario **Carbón, frutas, Verduras, carnes** (usar principalmente lo que se coseche en lugar) lo que este a su **alcance**, debemos ubicarnos de acuerdo a donde estamos **trabajando.**

Una dieta **concreta** debe ser **hoy** (que no p. ovoque riesgo) debe ser **suficiente** (cubra necesidad de todos los nutrimentos, debe ser **variada** (que incluya **diferentes alimentos**, adecuada (acorde con la cultura).

Una de las **estrategias** para **capacitar** podemos utilizar **material didáctico** como **rotafolio**, **pendientes mural**, **maquetas** representativas de los **probs del buen comer** **norma 08** la utilizamos de manera **preventiva** se llama **consulta de control de niño sano**, **control de peso y talla**, cuando hay **semanas de salud**, **vacunamos** **sa**, **medimos**, **pesamos**, es importante trabajar porque es un grupo de **alta vulnerabilidad**.

norma 14 establece **características y especificaciones** para los **grupos de riesgo** ya sea con dispensar para personas en riesgo específicamente en alimentos. **norma 014** es de **apoyo**, **provee alimentos** a bajo **costo a la población**, mediante **redes de distribución** establecidas, dando **prioridad** a las **poblaciones con mayores índices de marginación**.

nos regimos de **normas** para trabajar cada programa tiene **normas** para la población y así **evitar** **daños** a la salud.

Atención Sanitaria Nutricional.

epidemiología.

15/06/20

Atención Sanitaria (OMS) engloba todos los bienes y servicios diseñados para **promover la Salud** incluyendo **intervenciones preventivas, curativas.**
Funciones de la atención Sanitaria:

1. **Promoción**, 2 **Prevención primaria**, 3 **asistencia primaria**, 4. **Prevención secundaria**, **atendidos de Complejidad** y **paliativos**.

En diciembre del 2018 el gobierno federal anuncio la Puesta en marcha del acuerdo para hacer efectivo el acceso a la atención medica y medicamentos.

El Seguro Popular era para que la población tuviera atención oportuna, pero desafortunadamente no fue así.

Una de las **estrategias** y acciones puntuales es **promover la coordinación** y la **participación activa** de las **instancias involucradas** en la **reorganización** del sistema nacional de salud laboral y dando **previdencia** a la **población** de las regiones de muy alta o **alta migración**.

Estructura de los **objetivos** 11 estrategias prioritarias del Programa Sectorial de Salud 2019-2024 en primer lugar encontramos acceso efectivo Universal y gratuito, 2 **mejora continua**, 3 **capacidad** y **calidad** 4 **Vigilancia epidemiológica** y **Salud Sexual y reproductiva**. 5. **Salud para el bienestar**.

(Es de este sexenio 2019-2024) Por otro lado en cuanto a la definición de **atención nutricional** se

supone de atender pacientes que padecen **enfermedades** en las que una **alimentación** forma parte del **tratamiento**.

7. Alimentación y Nutrición desde la atención primaria de Salud. 17/06/2020.

En cuanto a las dietas tenemos cinco como las hipocalóricas, hipercalóricas, bajas en colesterol, ricas en fibra, dietas blandas, y van encaminadas a personas con deficiencias con sobrepeso, y para controlar algunas enf. Y lo podemos hacer con ayuda de nutricionistas cuando no nos alimentamos bien nos puede llevar a la desnutrición o al sobrepeso donde el por consumir alimentos con altas grasas nosotros siempre vamos a trabajar para capacitar a los padres de familia utilizando aguas saludables naturales no refrescos, siempre al momento de hacer dietas debe estar supervisado por nutricionistas y pues el jugo gástrico siempre se secreta y nos puede ocasionar complicaciones. En el marco del método científico podemos estudiar determinantes alimentarios de salud podemos dar guías alimentarias e intervenciones nutritivas, además los componentes del estado nutricional siempre los debemos tener presentes además fuid que muy difícilmente nos puedan engañar lo atención primaria de la salud debe ser oportuna, equitativa para todos debemos trabajar para la población todos tenemos derecho a la alimentación cuando se hacen dietas no adecuadas es cuando vienen las enfermedades por la mala alimentación, además que mucho de la población ya ha cambiado su alimentación.