



Universidad del Sureste
Licenciatura en Medicina Humana

Nombre del alumno: Emanuel de Jesús Andrade Morales

Nombre del profesor: Cecilio Culebro Castellanos

Nombre del trabajo: Apuntes de las presentaciones de epidemiología 4ta unidad

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: Epidemiología I

Grado: 2°

Grupo: "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 28 de junio del 2020.

Valoración del estado nutricional

08/06/2020

- Es la interpretación de la información obtenida a partir de estudios antropométricos, alimentarios, bioquímicos y clínicos.
- Permite la evaluación de la ingesta alimentaria del paciente y ver si cumple con las condiciones que caracterizan el régimen normal.
- Tamizaje en la población:
 - Permite la identificación de los individuos con riesgo nutricional.
- Medidas antropométricas:
 - Se basa en tomar medidas de longitud y peso sobre el propio cuerpo.
 - Los valores se deben comparar con los valores de referencia en función de la:
 - Edad
 - Sexo
 - Estado fisiopatológico

- Las medidas antropométricas son técnicas no invasivas, rápidas, sencillas y muy económicas.

- Peso y talla: Índice de masa corporal
- Índice de masa corporal: Es un método utilizado para estimar la grasa corporal.

- Valores normales:

- Insuficiencia ponderal < 18.5
- Normal $18.5 - 24.9$
- Sobrepeso ≥ 25.0
- Obesidad ≥ 30.0

- Masa muscular:

Calculo del perímetro muscular de los brazos, gracias a una cinta métrica.

- En caso de que haya una mala nutrición da la aparición de signos y por eso será necesario una valoración o exploración física.

- El estado nutricional afecta claramente al sistema inmunitario.

Métodos de evaluación dietética

- Ser una herramienta fundamental de ingesta de alimentos de grupos poblacionales.
- Prioridades:
 - Se deben considerar las diferentes culturas, capacidades cognitivas y formas de comunicación.
 - Identificación y minimización del sesgo y la evaluación de los métodos apropiados para globalizar el tamaño de las diferentes porciones.
- Métodos retrospectivos:
 - Recordatorio de 24 horas:
Permite obtener información detallada de los alimentos y su método de preparación.
 - Frecuencia de consumo:
Es útil para obtener información sobre los grupos de alimentos.
 - Historia dietética:
Proporciona información global del patrón de ingesta habitual en un individuo.

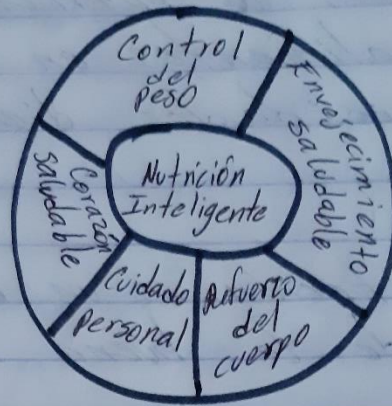
- Métodos prospectivos:
 - Observación del consumo
 - Registro por duplicado
 - Registro de consumo de alimentos.

- 3 pasos principales:
 - 1- Registro del consumo.
 - 2- Cálculo de ingesta total de nutrientes.
 - 3- Cálculo de porcentaje de adecuación

- Errores más frecuentes en la evaluación dietética:
 - No se cuenta con el personal capacitado.
 - Omisión de algún ingrediente.
 - Falta de datos de la composición de alimentos del país.

Nutrición en salud pública

- Según la OMS, la nutrición es la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo.
- Una buena nutrición es un elemento fundamental de la buena salud.
- Mala nutrición según la OMS:
Puede causar disminución en la inmunidad, así aumentando la vulnerabilidad de las enfermedades, alterar el desarrollo físico y mental.
- Según la Salud Pública:
Es la actividad no asistencial que tiene como finalidad el estudio de los sistemas que hacen la atención en la nutrición humana en poblaciones.
- Actividades:
 - Promoción
 - Prevención
 - Recuperación
 - Rehabilitación



- **Nutrición comunitaria:**
Conjunto de acciones integrales de nutrición y alimentación para ser impartidas en el contexto social y geográfica.
- **Funciones:**
Identificar y evaluar los problemas nutricionales, diseñar, desarrollar, elaborar con instituciones de nutrición.
- **Patrones dietéticos:**
Conjunto de conductas adquiridas por un individuo, por la repetición en cuanto a la selección y consumo de alimentos.
NOM-SSA2-043-2012.

Estado nutricional: Determinantes y métodos para su evaluación

- El estado nutricional es la situación de salud y bienestar que determina la nutrición en una persona o colectivo.
- Asumiendo que las personas tenemos necesidades nutricionales concretas, un estado nutricional óptimo se alcanza cuando los requerimientos fisiológicos, bioquímicos y metabólicos están adecuadamente cubiertos por la ingestión de nutrientes.
- Concepto:
Se define como la medición de indicadores alimentarios y nutricionales relacionados con el estado de salud, para identificar la posible ocurrencia, naturaleza y extensión de las alteraciones del estado nutricional.
- Factores determinantes del estado nutricional:
El estado nutricional es el resultado del balance entre las necesidades y el gasto de energía alimentaria y otros nutrientes esenciales, representado por factores:
 - Genéticos
 - Físicos
 - Biológicos

- Culturales
- Psico-socio-económicos
- Ambientales

- Alimentación:

Disponibilidad de alimentos, acceso a los alimentos, acceso a una buena calidad.

- Estado de salud:

Estado fisiológico, estado de salud, utilización personal de los servicios de salud saneamiento ético del medio ambiente e higiene de las actividades domésticas.

- Cuidados y nutrición:

Capacidad de comunicación para cuidar y ayudar a los más vulnerables.

- Factores del consumo de alimentos:

- Estado de salud
- Cultura y hábitos alimentarios
- Conocimientos de nutrición
- Disponibilidad de alimentos
- Capacidad de compra
- Influencia social
- Comodidad y tiempo.

Normas oficiales mexicanas para la prevención y atención de la desnutrición y de la alimentación.

- La desnutrición según la OMS es la ingesta de calorías y nutrientes inferior a la necesaria.
- Norma oficial mexicana 043-SSAZ-2005 Es de servicios básicos de salud, promoción y educación para la salud en materia alimentaria.
- Su propósito principal es establecer orientación alimentaria correcta y pueda adecuarse a sus necesidades y posibilidades de las personas.
- Esta norma brinda conocimientos prácticos todo ello para evitar/eliminar la desnutrición.
- Los programas:
Desayunos escolares, en menores de 5 años en riesgo, familias en desamparo o sujetos vulnerables.
- Una buena alimentación debe cumplir las necesidades a lo largo de toda la vida, para ello es indispensable el consumo de frutas y verduras, ya que

tienen vitaminas y nutrientes necesarios.

- Dieta correcta:

- Inocua: Libre de microbios y contaminantes.
- Suficiente: Cubre las necesidades
- Variada: Diversidad de alimentos
- Adecuada: Acorde a los gustos, cultura y economía.

- Norma 047-SSA2-2015

Objetivo: Brindar atención integral.

- Norma 008 - Relación con 047

Para el tratamiento en ingesta de nutrientes.

Estrategia integral de asistencia social alimentaria

- El objetivo de la atención alimentaria en menores de 5 años es contribuir a la seguridad alimentaria de los menores en riesgo mediante la entrega de apoyos mediados por programas.
- La nutrición en salud pública hay que formar en cuenta que es la ciencia que estudia la relación de la dieta y la salud. Además la epidemiología nutricional es el método científico para estudiar los determinantes alimentarios y de esta manera podemos organizar y diseñar intervenciones nutricionales efectivas.
- Las necesidades nutricionales son para la obtención de energía para el correcto funcionamiento del cuerpo.
- Las Dietas son aquellas maneras en la que seleccionamos y consumimos los alimentos.