



Nombre de alumnos: Palma Acevedo Felipe Mauricio

Nombre del profesora: CULEBRO CASTELLANOS CECILIO

Nombre del trabajo: epidemiologia de la nutricion.

Materia: Salud Publica.

Grado: 2

Grupo: "A"

PASIÓN POR EDUCAR

Introducción.

Los hábitos alimentarios son uno de los principales determinantes del estado de salud tanto de las poblaciones como de los individuos. En nuestro medio, los principales problemas de salud: enfermedad coronaria, hipertensión arterial, cáncer, diabetes mellitus, obesidad, osteoporosis, caries dental, anemia, bocio endémico y hepatopatía; y las principales causas de muerte: enfermedades del aparato circulatorio y neoplasias están relacionadas con la alimentación. Así mismo, un estado de desnutrición crónica afecta de igual forma tanto a la calidad de vida como al estado físico y mental de las personas; de ahí la importancia de valorar el estado nutricional de los pacientes en atención primaria.

Desarrollo.

Se entiende por desnutrición cualquier trastorno nutricional que comporte alteraciones en el crecimiento, desarrollo y mantenimiento de la salud. Los trastornos de la nutrición son las diferentes situaciones patológicas provocadas por un exceso o por un defecto en el consumo o aprovechamiento de macro y micronutrientes. Nuestra función es prevenirlos y tratarlos una vez establecidos para evitar la aparición de complicaciones relacionadas con la desnutrición. Un elevado número de patologías atendidas en atención primaria (AP) por los médicos de familia, una de cada seis enfermedades, requieren un consejo o tratamiento nutricional.

Causas de la nutrición:

En cuanto al mantenimiento de la situación de desnutrición no existen estudios prospectivos realizados, pero se puede especular que se perpetúa o incrementa por las siguientes causas: falta de ingesta, circunstancias sociales y económicas, incapacidades físicas de los afectos para realizar la compra o la comida y sobre todo por la falta de reconocimiento de los pacientes afectos de desnutrición

Las consecuencias de la desnutrición son múltiples y afectan de forma notable cuando la pérdida de peso es superior al 10% en 6 meses, tanto a la capacidad para trabajar y calidad de vida como a la función inmune, función de los distintos órganos, curación de heridas, estado mental y crecimiento entre otros, llegando a provocar la muerte cuando

la pérdida de peso es superior al 40%. La desnutrición, por otra parte, incrementa el gasto sanitario al aumentar el uso de recursos, número de hospitalizaciones y días de estancia hospitalaria entre otros.

Valoración del estado nutricional:

Para poder detectar cualquier alteración del estado nutricional es prioritario realizar una valoración del estado nutricional completa y rigurosa que nos permitirá, además de determinar el estado nutricional de un individuo, valorar sus requerimientos nutricionales, la posibilidad de aparición de complicaciones en su enfermedad de base secundarias a una desnutrición y evaluar la eficacia de una terapia nutricional. La valoración propiamente dicha se realizará mediante parámetros antropométricos y analíticos, pero previamente es conveniente estudiar sus hábitos alimentarios para detectar cualquier déficit alimentario que comporte un déficit nutricional y poder corregirlo.

Valoración del Estado Nutricional en los Ancianos:

Un grupo de riesgo nutricional en nuestra consulta diaria son los ancianos. Los ancianos son un colectivo con riesgo de desnutrición debido a una serie de cambios fisiológicos, sociales, económicos y psicológicos, relacionados con el proceso de envejecimiento. Esta malnutrición favorece la aparición de enfermedades que a su vez repercutirán negativamente en el estado nutricional del anciano, instaurándose un círculo vicioso malnutrición-enfermedad. Para la valoración del estado nutricional de los ancianos se desarrolló en Estados Unidos a comienzos de los noventa, el Nutrition Screening Initiative, el cual nos permite detectar en pocos minutos una serie de problemas nutricionales, sociales o sanitarios que precisarán intervención médica y/o nutricional. Está realizado en dos niveles; el primero consiste en la determinación del índice de masa corporal y la realización de un pequeño cuestionario por parte del propio paciente sobre sus hábitos alimentarios, condiciones de vivienda, situación económica, social y física que nos permitirán detectar signos de alarma del estado nutricional. El segundo nivel se realizará por parte del personal sanitario a aquellos ancianos en los que se ha detectado una posible situación de desnutrición.

conclusion.

la nutrición es uno de los pilares de la salud. Pese a que cada vez hay más información sobre cómo alimentarse, el sobrepeso, la inclinación hacia la comida basura, los excesos y las enfermedades causadas por una mala nutrición están presentes en la vida de muchas personas.