

**Nombre del alumno: ITALIA YOANA ESTEBAN  
MENDOZA.**

**Nombre del profesor: LIC. ROMELIA  
DE LEON MENDEZ.**

**Licenciatura: ENFERMERIA.**

**Materia: EPIDEMIOLOGIA.**

PASIÓN POR EDUCAR

**Nombre del trabajo: ENSAYO.**

**Ensayo del tema: INTRODUCCIÓN A LA ENFERMERIA  
NUTRICIONAL.**

**“Ciencia y Conocimiento”**

En este ensayo hablare acerca de la introducción a la enfermería nutricional, si bien la salud pública es el arte y la ciencia de prevenir la enfermedad, prolongar la vida y promover la salud a través de los esfuerzos organizados de la sociedad. La nutrición es la ciencia que estudia la forma en que el organismo utiliza la energía de los alimentos para mantenerse y crecer, mediante el análisis de los procesos por los cuales ingiere, digiere, absorbe, transporta, utiliza y extrae los nutrientes esenciales para la vida, y su interacción con la salud y la enfermedad. Por tanto, la nutrición en salud pública es la ciencia que estudia la relación entre dieta y salud y sienta las bases para el diseño, ejecución y evaluación de intervenciones nutricionales a nivel comunitario y poblacional con el objeto de mejorar el estado de salud de las poblaciones.

Existen muchas enfermedades principalmente por trastornos alimenticios y enfermedades relacionadas con la alimentación como lo es la diabetes, la obesidad, la anorexia, la bulimia, la aterosclerosis, la hipertensión, la celiaquía, etc.

Lo que más llama la atención es que estando viviendo una época en la que contamos con tanta cantidad de información relacionada, cada vez es más numeroso el número de personas afectadas por este tipo de enfermedades alimentarias.

La obesidad y el sobrepeso son sin duda los dos principales trastornos alimenticios o enfermedades alimentarias más preocupantes por sus tasas de incremento a nivel mundial. Consiste en un elevado exceso de peso y grasa corporal, lo que hace que nuestro organismo no pueda funcionar al 100%. La causa principal no es otra que la excesiva ingesta de alimentos ricos en ciertos tipos de grasas saturadas y azúcares, además del sedentarismo y la falta de ejercicio físico. También en algunos casos factores genéticos, hormonales o psíquicos pueden influir. Se trata de enfermedades que reducen drásticamente nuestra calidad de vida, incluso también nuestra esperanza de vida, provocando además la aparición de otras enfermedades adicionales.

La diabetes es otra de las enfermedades más comunes en nuestra sociedad. Con esta enfermedad, los niveles de azúcar o glucosa en sangre suelen estar por encima de lo normal, en ocasiones son incluso demasiado altos. Tiene lugar porque nuestro organismo no produce insulina en la medida necesaria y si esta enfermedad no se trata adecuadamente de forma que logremos un equilibrio, con el paso del tiempo los distintos órganos del cuerpo comienzan a sufrir de forma considerable, provocando lesiones en

nuestros riñones, en los ojos o incluso en los nervios, además de producir derrames cerebrales o enfermedades cardiovasculares.

La aterosclerosis hace referencia al engrosamiento de las paredes de las arterias, que se da por una excesiva acumulación de ateromas, que son unas placas compuestas principalmente de colesterol. Una acumulación que hace que las arterias se reduzcan y que la circulación de la sangre no sea tan efectiva como debería. Etc.

Si bien la nutrición comunitaria es el conjunto de intervenciones nutricionales vinculadas a la salud pública que se aplican en el contexto social y geográfico de una comunidad, al objeto de potenciar y mejorar su estado nutricional, con un enfoque participativo y cinco componentes complementarios: elaboración de una política alimentaria y nutricional, creación de entornos favorables, capacitación de las habilidades individuales, potenciación de la acción comunitaria y reorientación de los servicios de nutrición, alimentación y restauración. Las siguientes son funciones propias de la nutrición comunitaria:

- Identificar y evaluar los problemas nutricionales de los grupos poblacionales, especialmente los de riesgo, mediante el diseño, ejecución e interpretación de estudios que conduzcan a este fin.
- Asesorar sobre aspectos nutricionales en las políticas de salud pública.
- Desarrollar programas de formación e información para profesionales implicados en actividades de nutrición y alimentación en la comunidad.
- Llevar a cabo programas de educación nutricional y estar presentes en los medios de comunicación social en temas de dieta y salud.
- Denunciar la influencia indebida de las industrias alimentarias y de la publicidad en la agenda política y de investigación en nutrición.
- Asesorar y colaborar con instituciones que lleven a cabo actividades relacionadas con la alimentación y nutrición.

Concluyo este ensayo comentando que el campo de la epidemiología nutricional se ha desarrollado debido al creciente interés por los aspectos de la dieta que pueden influir en la presencia de enfermedades. Aunque la epidemiología está capacitada para estudiar las enfermedades cuya base reside en la alimentación, la naturaleza compleja de ésta, ha supuesto un difícil reto para esta disciplina. La epidemiología nutricional tiene un ámbito muy amplio y abarca aspectos tan diversos como la descripción de enfermedades

carenciales, el estudio de la relación entre los niveles de consumo de determinados alimentos y diferentes patologías, la investigación de tóxicos alimentarios, el análisis del papel de la nutrición y la etiopatogenia de las enfermedades, el estudio de los factores fisiológicos, socioeconómicos y culturales, o de política agrícola que condicionan al acto alimentario.

**Bibliografía:**

<http://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/9be96c27515421894721b2263eb3716a.pdf>