



NOMBRE DEL ALUMNO: BEATRIZ LOURDES
VELAZQUEZ GONZALEZ

NOMBRE DEL PROFESOR: LIC.RUBEN EDUARDO
DOMINGUEZ GARCIA

LICENCIATURA: ENFERMERÍA

MATERIA: EPIDEMIOLOGIA

CUATRIMESTRE Y MODALIDAD: 4to
CUATRIMESTRE, SEMIESCOLARIZADO

NOMBRE Y TEMA DEL TRABAJO: ensayo de,
LIMITACIONES Y SESGOS EN LA EPIDEMIOLOGÍA
NUTRICIONAL, VALORACIÓN ALIMENTARIA

Frontera Comalapa, Chiapas a 6 de diciembre de 2020.

LIMITACIONES Y SESGOS EN LA EPIDEMIOLOGÍA NUTRICIONAL, VALORACIÓN ALIMENTARIA.

Como personal de salud debemos conocer la frecuencia con la que ocurre un evento o estimar la asociación entre un factor de riesgo y una enfermedad, debe ser el de medir y calcular con la mayor precisión y exactitud posibles dichas determinaciones, ya que dependerá en gran medida de la ausencia de error y de la capacidad de estimar o predecir el parámetro verdadero en la población blanco. Las encuestas son y continuarán siendo elementos básicos de recopilación de datos en salud y en especial en el área de las enfermedades crónicas, datos que deben ser utilizados para la práctica de la salud pública y de la clínica basada en pruebas ya que es un instrumento básico utilizar una encuesta para así poder tener pruebas útiles para poder saber que tan extensa puede ser una enfermedad y poder anticipar potenciales problemas en su aplicación e interpretación de los datos ya que al tener una encuesta nos ayudara a conocer el estado nutricional del mayor porcentaje posible de la población, también la necesidad de conocer el estado nutricional en el ámbito hospitalario. La nutrición es muy importante para los seres humanos ya que consiste en comer una variedad de alimentos, limitar el consumo de ciertos alimentos y bebidas y controlar la cantidad de alimentos y calorías que se ingieren, es de gran utilidad para educar y orientar a la población hacia una alimentación más saludable, están importantes tener como finalidad tanto la prevención de las enfermedades nutricionales originadas por el déficit de consumo de energía o nutrientes específicos, como la prevención de las enfermedades crónicas no transmisibles relacionadas con la dieta inadecuada. Tenemos que tener en cuenta que La alimentación saludable es aquella que aporta a cada individuo todos los alimentos necesarios para cubrir sus necesidades nutricionales, en las diferentes etapas de la vida en situaciones de salud.

Primero tenemos que tener en cuenta que las encuestas son y continuarán siendo elementos básicos de recopilación de datos en salud y en especial en el área de las enfermedades crónicas, que estas deben ser basadas en pruebas para que sean útiles, los sesgos se presentan en forma de catálogo ya que así el usuario determinar los sesgos potenciales en un determinado cuestionario y anticipar potenciales problemas en su aplicación e interpretación de los datos, en este caso el sector salud clasifica los sesgos en tres grupos esto con la finalidad de que les sirva de cotejo para quienes elaboran y evalúan los cuestionarios, esta son: A- Sesgos derivados de problemas con la redacción de la pregunta, B- Sesgos derivados de problemas con el diseño y diagramación del cuestionario, y C- Sesgos derivados de problemas con el uso del cuestionario. También se utilizan lo que son codificación que esto incluye la traducción de la información recolectada de los cuestionarios y de esta manera se puede codificar la variable dicotómica para sexo "0 = Femenino 1 = Masculino" así como es posible que también necesites codificar y respuestas de preguntas de oraciones. Lo que es el control de variabilidad pretende conocer con una cierta exactitud cómo cada variable del proceso afecta cada característica de calidad de un determinado producto o servicio, ya que la variable también ocasionará cambios en la calidad del proceso, para esto es este sistema, para lograr lo más cercano a la perfección del producto mediante sistemas y métodos de trabajo que proporcionen adelantos productivos a la calidad. Cada individuo posee una variable ya sea una característica o una cualidad en donde puede ser cualitativo y cuantitativo. Teniendo en cuenta el cuestionario, tenemos que tener en cuenta también como personal de salud que es fundamental conocer el estado nutricional del mayor porcentaje posible de la población tanto como son las mujeres embarazadas, los niños y las personas mayores, ya que también es muy importante conocer el estado nutricional en el ámbito hospitalario, en algunas enfermedades concretas, para poder obtener un pronóstico y poder intervenir en su curso evitando complicaciones.

En un individuo es importante conocer su estado nutricional para saber todo el aporte nutricional que recibe y sus demandas nutritivas, debiendo permitir la utilización de nutrientes mantener las reservas y compensar las pérdidas. Cuando ingerimos menor cantidad de calorías o nutrientes que el cuerpo necesita se reduce los comportamientos corporales y nuestro organismo se vuelve más sensible a descompensaciones provocadas por un traumatismo, una infección o una situación de estrés. Y cuando más de lo normal o más de lo que nuestro cuerpo necesita, se incrementan las reservas de energía de nuestro organismo, fundamentalmente ubicadas en el tejido adiposo. Cada persona debe saber su balance nutricional ya que es necesario recurrir a medidas que nos orienten respecto de

nuestro estado nutricional. Los datos más importantes que nos pueden ayudar a valorar el estado nutricional son cuatro apartados:

1. Determinación de la ingestión de nutrientes
2. Determinación de la estructura y composición corporal
3. Evaluación bioquímica del estado nutricional
4. Evaluación clínica del estado nutricional

Los nutrientes en nuestro cuerpo siempre nos proporcionan una gran cantidad de nutrientes pero como en la mayoría de los casos es imposible hacer un análisis químico de los nutrientes ingerido en nuestros alimentos ya que también es difícil apreciar las cantidades exactas de cada alimento ingerido.

Es importante también si tenemos una buena alimentación tenemos que tener en cuenta la determinación de la estructura y composición corporal, ya que esto se basa en tomar medidas de longitud y peso sobre el propio cuerpo y compararlas con valores de referencia en función de nuestra edad, sexo y estado fisiopatológico. Ya que la talla, la constitución y la composición corporal están ligadas a los factores genéticos, pero también son muy importantes los factores ambientales, entre ellos la alimentación, en especial en las fases de crecimiento rápido. Los parámetros más habituales, importantes y que siempre se miden son la talla (T) y el peso (P). a pesar de lo que mucha gente cree que una misma talla y teniendo en cuenta la complexión existe un margen bastante amplio de pesos aceptables y no un único valor de «peso ideal». Para muchas personas el peso ideal se basa en una guía alimentaria trasladarían estas recomendaciones en términos de alimentos como patrón dietético que permite conseguir el perfil nutricional de referencia. Ya que no solo para tener un peso ideal si no que también para poder prevenir las enfermedades crónicas y degenerativas y poder mejorar la cantidad y calidad de vida.

Esta guía alimenticia no solo va dirigida a una persona sino que considera la situación de salud y nutrición de la población del país, y tener como finalidad tanto la prevención de las enfermedades nutricionales originadas por el déficit de consumo de energía o nutrientes específicos ya que existen diversos patrones de consumo alimentario pueden ser concordantes con los objetivos de salud.

En caso de malnutrición específica de algún nutriente o generalizada, cuando llega a un grado importante de gravedad da lugar a la aparición de signos clínicos evidentes en ciertas zonas u órganos corporales tales como la cara, cabello, cuello, ojos, labios, dientes, encías, lengua, piel, uñas, tejido subcutáneo, abdomen, aparato genital, sistema esquelético y extremidades inferiores.

En algunos casos el estado nutricional afecta claramente al sistema inmunitario, por lo cual se pueden utilizar determinados parámetros para evaluar una situación nutricional disminuida es muy útil para detectar enfermedades en las que el paciente tiene una apariencia saludable, pero realmente presenta una malnutrición subclínica, como en el caso de la bulimia nerviosa, esto sucede aun que el paciente sus parámetros antropométricos suelen estar en un rango normal.

Por otro lado en algunos países tiene una gran escasez de alimentos encontramos diversas dificultades y patologías asociadas a la alimentación como la desnutrición, la obesidad y el sobrepeso, las enfermedades cardiovasculares, los trastornos alimentarios y cada vez se ven mayor índice de enfermedades relacionadas con la alimentación. Es muy importante que y necesario que los profesionales de la salud e instituciones tomen cartas en el asunto para frenar esta situación y mejorar la salud y la calidad de vida de la población. Es importante construir una nueva relación positiva hacia la comida y prevenir los potenciales problemas de salud como personal de salud y ayudar a mejorar la calidad de vida de la comunidad y del país, ya que la comida está muy relacionada con la felicidad de las personas debido a que comer representa un gran placer que en condiciones óptimas puede ayudar a desarrollar una sensación de bienestar, principalmente comer abarca diferentes esferas sociales y culturales que afectan directamente a nuestra salud psicosocial y es por esto que podemos afirmar que una buena relación con la comida puede aportarnos bienestar y felicidad a nuestra vida.

Mientras nos alimentamos y llevamos una buena alimentación debemos que tener en cuenta que es importante también una exploración física conjunto de maniobras que realiza un médico para obtener información sobre el estado de salud de una persona, el diagnóstico médico de un síndrome o enfermedad, que consiste en la exploración física establece un contacto físico estrecho entre el médico y el paciente, consiguiendo así confianza en la relación médico-paciente. Ya que es necesario identificar correctamente al paciente para evitar errores a la hora de asignar datos.

En todo los casos no solo es la exploración física sino que también los riesgos psicosociales y el estrés laboral se encuentran entre los problemas que más dificultades plantean en el ámbito de la seguridad y la salud. Afectan de manera notable a la salud de las personas, de las organizaciones y de las economías nacionales. Ya que un entorno psicosocial favorable fomenta el buen rendimiento y el desarrollo personal, así como el bienestar mental y físico del trabajador.

Como se había comentado las encuestas se corresponden con uno de los métodos más utilizados en la investigación de mercados debido, a que a través de las encuestas se puede recoger gran cantidad de datos tales como actitudes, intereses, opiniones, conocimiento, comportamiento así como los datos de clasificación relativos a medidas de carácter demográfico y socio económico. Ya que se obtiene la información mediante preguntas dirigidas a una muestra de individuos representativa de la comunidad. Su principal ventaja son técnicas es su versatilidad o capacidad para recoger datos sobre una amplia gama de necesidades de información.

Existen 3 tipos de encuesta:

1. Encuesta personal
2. Encuesta telefónica
3. Encuesta postal

También la medición es parte importante ya que es un proceso de vincular conceptos abstractos con indicadores empíricos, el cual se realiza mediante un plan explícito y organizado para clasificar los datos disponibles.

En algunos casos las políticas de alimentación y los programas agrícolas contribuyen al establecimiento de objetivos nutricionales claros, al monitoreo del impacto que los mismos tienen en la nutrición, la mejora del conocimiento y de las prácticas nutricionales. Ya que La alimentación saludable es aquella que aporta a cada individuo todos los alimentos necesarios para cubrir sus necesidades nutricionales, en las diferentes etapas de la vida (infancia, adolescencia, edad adulta y envejecimiento), y en situación de salud. Cada persona tiene requerimientos nutricionales en función de su edad, sexo, talla, actividad física que desarrolla y estado de salud o enfermedad. Es muy importante mantener la salud y prevenir la aparición de muchas enfermedades hay que seguir un estilo de vida saludable y realizar actividad o ejercicio físico de forma regular y evitar fumar y tomar bebidas alcohólicas.

Ya que por lo general la importancia de realizar de buena manera los cuestionarios para tener una mejor recolección de datos pero en muchas ocasiones hay errores por el investigador o al momento de revisar las respuestas para ello la secretaria de salud organizo ciertos aspectos para que los investigadores cotejen bien los resultados. Ya que también Las encuestas se corresponden con uno de los métodos más utilizados en la investigación de mercados debido, fundamentalmente, a que a través de las encuestas se puede recoger gran cantidad de datos tales como actitudes, intereses, opiniones, conocimiento, comportamiento así como los datos de clasificación relativos a medidas de carácter demográfico y socio económico.

También es de gran importancia conocer la alimentación saludable ya que es aquella que aporta a cada individuo todos los alimentos necesarios para cubrir sus necesidades nutricionales, en las diferentes etapas de la vida. Cada persona tiene unos requerimientos nutricionales en función de su edad, sexo, talla, actividad física que desarrolla y estado de salud o enfermedad. Por lo que también es fundamental conocer el estado nutricional del mayor porcentaje posible de su población como sistema de apoyo para prevenir el desarrollo precoz de enfermedades crónicas y degenerativas e incluso mejorar la cantidad y calidad de vida, es de gran utilidad para educar y orientar a la población hacia una alimentación más saludable. Es de gran importancia como personal de salud tener en cuenta como poder nutrirnos y dar las medidas correctas a un paciente.

Bibliografías

1. ANDERS AHLBOM, FUNDAMENTOS DE EPIDEMIOLOGIA, SIGLO XX EDITORES, 2012.
2. ALVARO MORALES, EPIDEMIOLOGIA CLÍNICA, MAC GRAW HILL 2012.
3. HERNÁNDEZ, EPIDEMIOLOGIA Y SALUD PÚBLICA, MAC GRAW HILL 2007.
4. MAURICIO HERNÁNDEZ, EPIDEMIOLOGIA, MAC GRAW HILL, 2014.