



**Nombre de alumno: Loyda Isabel
morales morales**

**Nombre del profesor: Rubén Eduardo
Domínguez García**

PASIÓN POR EDUCAR

Nombre del trabajo: "ensayo"

Materia: "Epidemiología"

Grado: 4to cuatrimestre

Grupo: "D" lic. enfermería

LIMITACIONES Y SESGOS EN LA EPIDEMIOLOGIA NUTRICIONAL Y VALORACION ALIMENTARIA

Cuando hablamos de epidemiología aparte de ser una ciencia que se encarga de estudiar las distintas enfermedades que existen o que afectan a una población sino que estudia todo tipo de fenómenos relacionados con la salud, y entre lo que se encuentran las diferentes causas de muertes o los malos hábitos de vida, como una mala alimentación, higiene y el consumo indebido del tabaco o la dieta y de la misma manera el uso de servicios de salud o la calidad de vida relacionada con la salud.

Dentro de la ciencia que es epidemiología son indispensables las encuestas ya que gracias a ello podemos medir, tabular, clasificar datos de cualquier incidencia que pueda llegar a pasar dentro de una población, de la misma manera va de la mano los cuestionarios ya que son instrumentos básicos utilizados en encuestas, y es esencial para lograr pruebas útiles, y un aspecto crucial es la identificación corrección de fuentes en los mismos.

Cabe recalcar que es uno de los temas de gran importancia dentro del estudio de toda persona y dentro de una población ya que este tema ha afectado a un gran número de personas a nivel mundial y que las enfermedades son malas que hasta nos puede llegar a quitar la vida, la nutrición es uno de los temas más importantes que debemos de tomar en cuenta de toda investigación y así poder codificar en cada momento toda la información ya sea de una persona o una población entera y así mismo para poder intervenir y actuar con mayor facilidad y sin ninguna dificultades.

Para continuar debemos de conocer el concepto de nutrición es la suma de procesos implicados en la toma de nutrientes y su asimilación y uso para el adecuado funcionamiento del organismo y el mantenimiento de la salud de donde absorbemos los nutrientes de las frutas y verduras que consumimos día con día. En la naturaleza existen seis clases de nutrientes: proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas, minerales (oligoelementos) y agua. Cada uno de ellos desempeña funciones específicas en el organismo. Estas funciones pueden dividirse en energética, plástica y reguladora. La función energética de los nutrientes consiste en proveer la energía necesaria para la formación de nuevos tejidos y para el funcionamiento del organismo; a este grupo de nutrientes pertenecen los macronutrientes y están constituidos por carbohidratos, grasas y las proteínas. Gracias a estos nutrientes nuestro cuerpo puede llevar a cabo el proceso del metabolismo y realizar con bien su trabajo

Una ingestión calórica excesiva, un estilo de vida sedentario o ambas cosas a la vez determinan un aumento del tamaño de nuestros depósitos de grasa que cuando alcanzan un valor crítico comportan la aparición de un cuadro clínico y social conocido como obesidad. Es relativamente fácil determinar cuándo una persona está francamente desnutrida o, por el contrario, muestra signos de sobrealimentación.

Dadas la diversidad de factores y la variabilidad de mecanismos implicados en el balance nutricional de cada individuo es necesario recurrir a medidas que nos orienten respecto de nuestro estado nutricional.

La mala desnutrición infantil Los problemas y causas de desnutrición que se debaten en la actualidad incluyen crecimiento inconstante, bajo peso al nacer, desnutrición materna, deficiencia de nutrientes específicos (yodo, hierro y cinc), diarrea, infección por el VIH y otras enfermedades infecciosas, prácticas de alimentación infantil inadecuadas, restricción del tiempo de la mujer, ingresos familiares limitados, producción agrícola limitada, inseguridad alimentaria, degradación medioambiental y urbanización estos factores son los que afectan a muchos niños dentro de un determinado lugar.

Al igual los personales de salud deben de tomar en cuenta las medidas necesarias dentro de toda persona como son las medias antropométricas lo cual consisten en la medida lineal básica y refleja el crecimiento esquelético Se basan 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. Está claro que la talla, la constitución y la composición corporal están ligadas a factores genéticos, pero también son muy importantes los factores ambientales, entre ellos la alimentación, en especial en las fases de crecimiento rápido.

Las medidas antropométricas son técnicas no invasivas, rápidas, sencillas y económicas. Sin embargo, para evitar errores, deben ser tomadas por una persona experta y deben ser comparadas con tablas de referencia apropiadas como las tablas de la OMS ya que con ello podemos referenciarlos y así poder dar un buen diagnóstico dentro de los parámetros de las personas.

Ya que una mala alimentación afecta bastante a los niños y los efectos de la desnutrición en educación son alarmantes, la desnutrición afecta al desempeño escolar a causa del déficit que generan las enfermedades asociadas y debido a las limitaciones en la capacidad de aprendizaje vinculadas a un menor desarrollo cognitivo. La mayor probabilidad de enfermar hace que los niños y niñas desnutridos presenten una incorporación tardía al sistema educativo

y mayor ausentismo escolar, con lo que aumenta su probabilidad de repetición y deserción. Los niños que presentan desnutrición tienen defectos en la función cognitiva y del rendimiento escolar con respecto a los niños normalmente nutridos del mismo entorno el déficit de micronutrientes, en especial el hierro, zinc, yodo y vitamina A, se traduce en un deterioro cognitivo que deriva en un menor aprendizaje ya que si los niños y toda persona adulta o adolescente no cuenta con esos nutrientes podríamos afrontar grandes consecuencias.

La complejión ósea se suele determinar fácilmente Midiendo la circunferencia de la muñeca con una cinta métrica inelástica, o también midiendo con un nonio o pie de rey la envergadura del codo. Comparando estas medidas con sus tablas respectivas podremos saber si nuestra complejión es pequeña, mediana o grande. Cabe destacar que, a pesar de lo que mucha gente cree, para una misma talla y teniendo en cuenta la complejión existe un margen bastante amplio de pesos aceptables y no un único valor de peso ideal.

Dentro de todo tiempo esta técnica es utilizada dentro del área de la salud ya que sin duda alguna existen varios métodos de exploraciones hacia una persona, y como se realiza, esto se lleva a cabo mediante una exploración física ya sea a simple vista o realizando otros métodos de exploración hacia una persona esto con el fin de poder ver y analizar a la persona o paciente que este bien en lo físico y observar que no haya complicaciones más adelante. La exploración física o examen clínico es el conjunto de maniobras que realiza un médico para obtener información sobre el estado de salud de una persona además de realizar una exploración física al paciente podemos realizarle lo que es una anamnesis y una entrevista para así poder conocer más al paciente y dar un buen diagnóstico.

Dentro de estas intervenciones en salud hacia nuestro paciente podemos realizar a nuestro paciente los tipos de encuesta, esto a que se debe las entrevistas como bien lo comentaba, nos ayuda a retener más información acerca de la persona, la entrevista lo podemos realizar de distintas formas ya sea de manera personal, o puede ser también a través de una llamada telefónica.

La encuesta telefónica es un método cuya utilización va en aumento en los últimos años a medida que se incrementa el número de hogares con teléfono y mejora, por tanto, su representatividad. Inicialmente se utilizó para realizar test de audiencia de programas y 82 anuncios emitidos por radio y televisión, pero posteriormente se ha generalizado su uso en la captación de información o utilizando los medios a través de un correo electrónico es una

técnica que permite obtener información con gran rapidez, ya que en pocas horas un encuestador puede realizar múltiples encuestas.

Dentro de toda investigación la medición es un proceso que lo cual nos permite realizar un plan bien organizado para clasificar y cuantificar los datos, por lo que en todo momento y toda persona que investigue debe de reunir dos conceptos o requisitos esenciales dentro de una investigación lo que son la confiabilidad, esto se refiere al grado en que se aplica a un mismo sujeto por lo que da o su resultado final es lo mismo quiere decir es igual. Y la validez se refiere al instrumento que realmente demuestre que el dato sea exacto sin alguna alteración alguna.

En conclusión debemos de tomar en cuenta cada parte esencial más que na

da los diversos estilos de vida para cada uno de nosotros ya que si nos cuidamos llevando una buena alimentación podemos evitar un gran número de enfermedades como lo es la nutrición englobando la obesidad y el sobre peso y de ahí deriva un gran número de enfermedades.

Y sabemos que hay diversos determinantes o factores que van de la mano con base a esto, pueden ser factores físicos, biológicos, sociales y culturales, como bien lo comentaba el filósofo “Empédocles” el señala que la dieta, el clima y la calidad de la tierra, los vientos y el agua son los factores involucrados en el desarrollo de las enfermedades en las diferentes poblaciones, al fluir sobre el equilibrio del hombre con el ambiente.

REFERENCIAS

ANDERS AHLBOM, FUNDAMENTOS DE EPIDEMIOLOGIA, SIGLO XX EDITORES, 2012.

- ALVARO MORALES, EPIDEMIOLOGIA CLÍNICA, MAC GRAW HILL 2012.
- HERNÁNDEZ, EPIDEMIOLOGIA Y SALUD PÚBLICA, MAC GRAW HILL 2007.
- MAURICIO HERNÁNDEZ, EPIDEMIOLOGIA, MAC GRAW HILL, 2014.