

Nombre de alumno: Fátima Montserrat Cruz Hernández

Nombre del profesor: Víctor Manuel Nery

Nombre del trabajo: Ensayo

Materia: Epidemiología

Grado: Cuarto

Grupo:

PASIÓN POR EDUCAR

Pichucalco Chiapas, 15 de octubre 2020

Epidemiología en nutrición

Introducción

En esta ocasión el tema que nos atañe y es la epidemiología nutricional, es importante remontarnos un poco atrás y recordar ¿Qué es la epidemiología? Pues de acuerdo a la OMS La epidemiología es el estudio de la distribución y los determinantes de estados o eventos (en particular de enfermedades) relacionados con la salud y la aplicación de esos estudios al control de enfermedades y otros problemas de salud. Sabiendo esto es más fácil abordar el concepto de epidemiología nutricional como el área de conocimiento que estudiara la relación entre la dieta y la salud. Con esto me refiero a que en diversas poblaciones es algo observable las patologías se producen por múltiples causas que pueden interaccionar y actuar en combinación. En este caso es bien sabido que la nutrición de cada ser humano es fundamental para determinar el estado de salud que este tendrá. Por esto a continuación mencionaremos algunos de los desórdenes nutricionales y su relación con las enfermedades.

Contenido

Los estudios de epidemiología nutricional son muy importantes y de igual forma de mucha ayuda pues permiten determinar el papel de la dieta en la aparición y el desarrollo de enfermedades en la población.

La epidemiología nutricional se encarga del estudio de la relación entre la dieta y la salud desde una perspectiva poblacional, es decir, la proporción de individuos que presentan un determinado trastorno que como ya hemos visto a esto se le denomina prevalencia, y la frecuencia de aparición de nuevos casos (incidencia). El análisis nutricional de la dieta y el estudio de los hábitos alimentarios y otros fenómenos relacionados con la salud, como los factores físicos, biológicos, sociales o culturales, permiten intervenciones preventivas y de promoción de la salud más efectivas.

Al realizar estos estudios permiten analizar el impacto de todos los trastornos alimentarios y de la ingestión de alimentos. Más que nada estos trastornos son por causas mentales, entre los principales se encuentran;

- ✓ Los trastorno de Evitación/Restricción de la ingestión de alimentos; que es un trastorno de la alimentación que se manifiesta por la negación y evitación de ingerir alimentos, en ocasiones debido a características como el color, el olor o la textura. Como consecuencia, la persona afectada tiene déficits nutricionales que en algunos casos pueden poner en riesgo su vida

- ✓ Anorexia Nerviosa; es un trastorno que se caracteriza principalmente por la pérdida significativa de peso teniendo en cuenta lo considerado mínimamente normal, un miedo intenso a ganar peso o llegar a la obesidad y, en algunos casos, alteraciones en la percepción objetiva del cuerpo. Gracias a los estudios realizados en epidemiología nutricional, hoy se puede decir que este trastorno es más común en las mujeres y su pico de incidencia y prevalencia se da en la adolescencia y primera juventud. Las consecuencias de la anorexia pueden ser mortales si el trastorno no es tratado adecuadamente.

- ✓ Bulimia nerviosa: Las personas con este trastorno ingieren grandes cantidades de comida en poco tiempo, algo que se conoce como atracón, teniendo la sensación de que no pueden controlarlo. Como consecuencia desarrollan conductas compensatorias que buscan minimizar la ganancia de peso, por ejemplo, provocándose el vómito. Al igual que la anorexia, suele desarrollarse en la adolescencia y primera juventud y aumentar significativamente el riesgo de muerte.

- ✓ Trastorno de atracones: En el trastorno de atracones la persona tiene episodios frecuentes de ingesta descontrolada de comida, superior a lo que se considera normal para su edad y circunstancias. Durante estos episodios la persona tiene la sensación de no poder controlarlos. Al contrario de la bulimia nerviosa, no se asocia a conductas compensatorias. El trastorno de atracones está asociado a más riesgo de enfermedades cardiovasculares y otros trastornos asociados a la obesidad, esta enfermedad es considerada crónico-degenerativa.

Al hablar de estas afecciones, me permite hacer hincapié en un trastorno alimenticio que trae consigo un sin número de enfermedades. Estoy hablando de la obesidad, pues este problema nutricional predispone a quien lo padece a desarrollar por ejemplo Glucosa (azúcar) alta en la sangre o diabetes. Presión arterial alta (hipertensión). Niveles altos de colesterol y triglicéridos en la sangre, ataques cardíacos debido a enfermedad cardíaca coronaria, insuficiencia cardíaca y accidente cerebrovascular. Problemas óseos y articulares, pues el mayor peso ejerce presión sobre los huesos y articulaciones y esto puede llevar a osteoartritis, una enfermedad que causa rigidez y dolor articular. Dejar de respirar durante el sueño y esto puede causar fatiga o somnolencia diurna, poca atención y problemas en el trabajo, cálculos biliares y problemas del hígado e incluso algunos tipos de cáncer.

Algunos datos para determinar si existe la obesidad en los cuerpos de los individuos, se formuló la clasificación para categorizar el índice de masa corporal (IMC) y fue por parte de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y para determinar la obesidad abdominal, se utilizó la clasificación de la Federación Internacional de Diabetes (IDF). Los resultados obtenidos a partir de esta clasificación es que: la prevalencia de Sobrepeso y Obesidad fue 71.3% (sobrepeso 38.8% y obesidad 32.4%). La prevalencia de obesidad abdominal fue 74.0%, siendo mayor en mujeres (82.8%) que en hombres (64.5%). En los últimos 12 años se ha observado un incremento promedio anualizado de 1.3%, siendo éste mayor en el periodo 2000-2006 (2.1%) que en el periodo 2006-2012 (0.3%). Conclusión este estudio determino que si bien las tendencias muestran una desaceleración del aumento en la prevalencia, no existe evidencia que permita inferir que disminuirá en los próximos años. Por ello, gracias a estos resultados las políticas públicas pueden deducir que sus medidas de prevención y control deberán intensificarse y mejorarse.

Por otro lado para llegar a estos resultados la epidemiología nutricional incluye cuatro aspectos importantes, estos son; metodológicos, es decir, se incluye la evaluación de los instrumentos de valoración de la ingesta dietética, descriptivos, como la valoración del estado nutricional de las poblaciones, analítico, por ejemplo la cuantificación del papel de diferentes factores dietéticos, aquí se encuentra el “caso-control” estos estudios propiamente pueden entregar una de las pocas oportunidades de investigar algunas relaciones entre dieta y cáncer. Y el “cohorte”, por último el evaluativo, que es el estudio de los factores socioeconómicos, culturales y religiosos.

Otra clasificación de los estudios más usados en epidemiología nutricional son de 1.- descriptivo: que incluye personas, lugar y tiempo. 2.- estudios con migrantes, 3.- epidemiología analítica, caso-control y cohorte, 4.- experimental: animal, humano, 5.- mecanismos: lípidos, mutagenicidad y hormonas.

Conclusión

Para culminar con este tema definiendo a la epidemiología nutricional como una ciencia o bien una disciplina encargada más que nada del estudio de los determinantes relacionados a la nutrición de la población. Cuyo objetivo es el monitoreo del consumo de los alimentos, la ingesta de nutrientes y el estado nutricional, y gracias a los resultados arrojados es que permite y facilita la herramienta para brindar la evidencia que ayudara en la toma de decisiones y generar nuevas hipótesis sobre la relación que tienen la dieta, el estado de salud y enfermedad de las personas, tanto como individuos y sociedad.

BIBLIOGRAFÍAS

National Travel Health Network and Centre (NATHNAC)

<http://www.nathnac.org/pro/factsheets/index.htm>

Committee to Advice on Tropical Medicine and Travel (CATMAT)

<http://www.phac-aspc.gc.ca/tmp-pmv/catmat-ccmtmv/>

Ministerio de Sanidad, Servicios, Sociales e Igualdad. Sanidad Exterior.

<http://www.msssi.gob.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/viajesInter/home.htm>

Elia B. Pineda, Eva Luz de Alvarado. OPS. Metodología de la investigación. 3ra edición. 2008

Martínez Navarro F. Vigilancia Epidemiológica. Mc Graw-Hill. Interamericana 2000: 18:35.

Ministerio de Salud Pública Dirección General de Salud. Salud Uruguay 2010. Por una mejor calidad de vida. Rev. Salud Publica Uruguay 2003; 1 (1):25