



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Pasión por educar

ASIGNATURA:

Epidemiología

TEMA:

Introducción a la epidemiología (ensayo)

ALUMNO:

Rafael Torres Adorno

LICENCIATURA:

Enfermería

CUATRIMESTRE:

Cuarto

Pichucalco, Chiapas a 16 de octubre del 2020

Ensayo: Epidemiología de la nutrición.

La nutrición es el proceso biológico en el que los organismos animales y vegetales absorben de los alimentos los nutrientes necesarios para la vida, el cual es base de todos los días, ya que las personas por naturaleza deben de consumir alimentos para su propia vida, los alimentos hacen de que se tenga una energía lo suficientemente para poder realizar las actividades cotidianas.

La nutrición para todos los seres es importante porque es fundamental para el funcionamiento y el mantenimiento de las funciones vitales, ayuda a mantener el equilibrio homeostático del organismo, tanto como la digestión que se tiene o el metabolismo para hacer el procesamiento de los alimentos

Asimismo, la nutrición humana es la ciencia que investiga la relación entre los alimentos consumidos por el hombre y la salud contra enfermedades, para buscar el bienestar y la preservación de la salud humana, ya que constantemente se ha visto los estudios de los problemas que existen por la nutrición, ya que personas han optado por un mal hábito de alimentación o más bien conocido como desorden nutricionales, el cual podemos incluir a la obesidad como un punto de ello al igual enfermedades crónicas que dañan a la salud.

Las personas que padecen un trastorno alimenticio se caracterizan por tener hábitos de alimentación irregulares y una preocupación excesiva hacia la forma y el peso corporal, lo que termina por provocar daños en su salud física y en el funcionamiento psicosocial.

El Pica que es un trastorno alimenticio, su concepto y las características consisten en al apetito y consumo de sustancias sin valor nutritivo, como papel, tierra o pintura. Es más común en la infancia, especialmente en las personas con discapacidad intelectual y puede ocasionar intoxicaciones debido al consumo de sustancias tóxicas, o lesiones en el sistema gastrointestinal ocasionadas por la presencia de objetos punzantes o cortantes.

El trastorno por rumiación consiste en volver a traer a la boca alimentos anteriormente ingeridos, masticándolos y, dependiendo del caso, volviéndolos a tragar o arrojándolos fuera. Es más común en la infancia y puede traer como consecuencia déficits nutritivos, bajo peso y caída de los dientes, entre otras alteraciones, el cual en casos este trastorno se ha salido de control, igual depende de la atención que los padres tienen sobre sus hijos.

La restricción de la ingestión de alimentos 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. El trastorno de Evitación/Restricción de la ingestión de alimentos es también más común en la infancia, aunque puede surgir y persistir en la adultez, de manera en la etapa que se encuentre uno, el daño es de más impacto, provocando hasta la movilidad.

La anorexia nerviosa es un trastorno que se caracteriza 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. 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, este es un caso de muertes en México, y es difícil acertar con exactitud cuando una persona empieza con esto

La bulimia nerviosa afecta a las personas con trastorno al cual lo que realizan son de ingerir 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.

En los trastornos 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. El trastorno de atracones está asociado a más riesgo de enfermedades cardiovasculares y otros trastornos asociados a la obesidad.

Esta última palabra es un trastorno el cual daremos el concepto, pero es considerado de una enfermedad, la obesidad es una enfermedad compleja que consiste en tener una cantidad excesiva de grasa corporal en el cuerpo. La obesidad no es solo un problema estético, es más un problema médico que aumenta tu riesgo de enfermedades y problemas de salud, tales como enfermedad cardíaca, diabetes, presión arterial alta y ciertos tipos de cáncer, hasta incluso de infartos por la obesidad, el cual pueden ser de recaída o de tanto puede provocar la muerte de la persona.

Por lo general, la obesidad es el resultado de una combinación de factores hereditarios con el entorno, la dieta personal y las opciones de ejercicio.

Los alimentos y los productos alimenticios se han convertido en productos básicos fabricados y comercializados en un mercado que se ha ampliado desde una base esencialmente local a otra cada vez más mundial. Los cambios de la economía alimentaria mundial se han reflejado en los hábitos alimentarios; por ejemplo, hay mayor consumo de alimentos muy energéticos con alto contenido de grasas, en particular grasas saturadas, y bajos en carbohidratos no refinados.

Los estudios de epidemiología nutricional o los aplicados permiten determinar el papel de la dieta en la aparición y el desarrollo de enfermedades en la población.

La epidemiología nutricional estudia la relación entre la dieta y la salud desde una perspectiva poblacional, es decir, la proporción de individuos que presentan un determinado trastorno (prevalencia) y la frecuencia de aparición de nuevos casos, a estos casos se le llama incidencias. 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.

La aplicación de estudios dispone de un equipo experto en la elaboración de encuestas sociodemográficas para valorar el estado de las variables de salud en una población y en un momento concreto por monitorizar la prevalencia y los factores de riesgo de enfermedades asociadas con la alimentación y la nutrición.

Estos servicios incluyen: realización de informes epidemiológicos en alimentación y nutrición, planificación y desarrollo de programas nutricionales y de hábitos alimentarios de promoción de la salud y de prevención de enfermedades, identificación de los factores que influyen en la nutrición, diseño e interpretación de encuestas alimentarias

Es preciso recopilar datos sobre las tendencias actuales y cambiantes del consumo de alimentos en los países en desarrollo, incluidas investigaciones sobre los factores que influyen en el comportamiento alimentario y la actividad física de las personas y sobre lo que se podría hacer en ese sentido. Es necesario también, de manera permanente, formular estrategias que permitan modificar el comportamiento de las personas para que adopten dietas y modos de vida saludables, incluida la investigación de los aspectos de la oferta y la demanda relacionados con esos cambios de comportamiento de los consumidores.

Citas bibliográficas:

- Resolución WHA55.23. Régimen alimentario, actividad física y salud. En: 55ª Asamblea Mundial de la Salud, Ginebra, 13-18 de mayo de 2002. Volumen 1. Resoluciones y decisiones, Anexos. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 2002 (documento WHA55/2002/REC/1): 30-32.
- Consensus Development Conference. Diagnosis, prophylaxis, and treatment of osteoporosis. American Journal of Medicine, 1993, 94:646-650.