



**Nombre del alumno: Jhoana Guadalupe Arreola Mayorga**

**Nombre del profesor: Cecilio Culebro Castellanos**

**Nombre del trabajo: Valoración alimentaria**

**Materia: Epidemiología I**

**Grado: 2do semestre Lic. Medicina Humana**

Comitán de Domínguez Chiapas a 11 de junio del 2021



# VALORACIÓN ALIMENTARIA

Permite conocer el estado de salud de un individuo o grupo social con base a la dieta

## IMPORTANCIA

Permite conocer el estado y alteraciones nutricionales.

## Objetivos

- Conocer las condiciones alimentarias individuales.
- Detección de factores de riesgo.
- Identificar afecciones nutricionales.
- Promoción de la alimentación saludable.
- Prevenir y controlar patologías relacionadas a la dieta.
- Adecuación de la dieta a las necesidades nutricionales.

## HERRAMIENTAS DE VALORACIÓN

### Encuestas

#### Encuestas dietética

Síntesis de los alimentos ingeridos durante todo el día, de al menos tres días hasta una semana atrás.

#### Diario dietético

Registro alimentario donde el paciente debe anotar todo lo que consume durante un día. Al igual que suele adaptarse a un plan de alimentación donde se anotan los menús diarios para el consumo del paciente, incluye espacios para 10 días y puede extenderse hasta un mes.

#### Recuerdo de 24 hrs

Técnica de recolección de datos retrospectiva que nos permite conocer los hábitos alimenticios del individuo, por lo mismo que recauda información de 24 horas atrás el sesgo de información es mínimo.

#### Historia dietética

Proporciona un panorama global de la ingesta habitual de alimentos del individuo.

### Exploración física

Búsqueda de signos visuales que guíen hacia una posible enfermedad a causa de un trastorno nutricional.

### Exploración antropométrica

Registro de cierto número de medidas corporales, en especial el peso y la talla.

## INCONVENIENTES

Pueden existir ciertos sesgos de información debido a diversos factores, estos incluyen los siguientes: complejidad de la dieta, datos incompletos, cambios involuntarios de la alimentación durante la entrevista, preguntas poco concretas por parte del entrevistador, el paciente olvida lo comido, el analfabetismo por parte del paciente.

## Referencias

Marugán J. M. (2015) Valoración del estado nutricional. Pediatría integral. Recuperado de: <https://www.pediatriaintegral.es/publicacion-2015-05/valoracion-del-estado-nutricional/>

Meco J. F. y Blanco D. (3 de febrero de 2021) Objetivos nutricionales. Salud Canales MAPFRE. Recuperado de: <https://www.salud.mapfre.es/nutricion/conceptos-basicos/objetivos-nutricionales/>

Pierart Zambrano C. (04 de noviembre de 2009) Evaluación del estado nutricional. Universidad de Chile. Slideshare. Recuperado de: <https://es.slideshare.net/canocappellacci/evaluacin-del-estado-nutricional>

Guía metabólica. (18 de diciembre de 2015) Encuesta dietética. Recuperado de: <https://metabolicas.sjdhospitalbarcelona.org/consejo/encuesta-dietetica>