



Universidad del Sureste

Escuela de Medicina

Tema:

Valoración alimentaria.

Materia:

Epidemiología.

Ensayo.

Docente: Dr. Cecilio Culebro Castellanos

Alumno: Edwin Dionicio Coutiño Zea

Lugar y fecha

Comitán de Domínguez Chiapas a 06/06/2021.

Introduccion.

En la valoración alimentaria en menores es algo que nos da a conocer resultados de suma importancia para toda la comunidad de niños. La valoración nutricional en niños está muy delicada se podría decir, por lo que existe un cierto problema. Esto se hace o es como una interpretación de la información obtenida a partir de estudios antropométricos, alimentarios, bioquímicos y clínicos. Esto es lo que nos ayuda a saber resultados de las investigaciones o al hacer una investigación nutricional con los niños, el estado nutricional resulta del aporte nutricional y las demandas nutritivas. La obesidad en niños y adolescentes se ha incrementado alarmante en las tres últimas décadas, constituyendo el trastorno nutricional más frecuente en las sociedades desarrolladas y en los países en desarrollo. Debido a que la obesidad en estas etapas determinará hábitos y alteraciones físicas y mentales determinantes para el adulto, resulta vital detectarla mediante una correcta valoración del estado nutricional, que permita una intervención precoz.

Desarrollo.

Recapitulando la historia de la alimentación observamos que los hábitos alimentarios del hombre van cambiando desde la prehistoria hasta nuestros días, de una sociedad a otra y de una época a la siguiente, es diferente la elección de los alimentos, su valor gastronómico, su preparación y la manera de comerlo. Las relaciones entre esos aspectos de la cultura y las maneras de alimentarse han existido siempre. En lo referente al modo de preparar los alimentos que varían de un pueblo a otro se basa en la sociedad, tecnología y la economía existentes en cada país. Actualmente relacionadas con el descubrimiento de las vitaminas por los nutricionistas surge la nueva cocina de cocciones cortas y el protagonismo de las verduras, la desaparición de la harina para ligar, la disminución de mantequilla o azúcar en la cocina y en la repostería.

Existe una preocupación constante por la alimentación, tanto a nivel individual como colectivo ya que tiene una gran importancia en la salud de la población. Se sabe que las principales causas de enfermedad y muerte de los países desarrollados y de los que acaban de salir del subdesarrollo están relacionadas con la interacción de los factores genéticos y ambientales. Considerando la dieta como parte del entorno que afecta a los individuos, se puede afirmar que es uno de los determinantes de muchas de las evidencias epidemiológicas que asocian el tipo de alimentación con la aparición de ciertas enfermedades.

Sabemos que existe una cierta relación, entre nutrición y alimentación, son cosas muy diferentes, debido a lo que se refieren, la alimentación no sólo remite a la satisfacción de una necesidad fisiológica idéntica en todos los seres humanos, sino también a la diversidad de culturas y a todo lo que contribuye a modelar la identidad de cada pueblo. En la selección de alimentos intervienen factores como la genética, la fisiología, la educación, la economía, estructuras sociales y culturales; depende de las técnicas de producción agrícola, de las representaciones dietéticas y religiosas, de la visión del mundo y de un conjunto de tradiciones lentamente elaboradas a lo largo de los siglos.

Los alimentos escogidos componen la dieta, sacian el hambre y proporcionan al organismo las sustancias nutritivas para su funcionamiento. Pueden existir grandes variaciones en la forma de preparar los alimentos para su consumo debido a que es un hecho opcional y parcialmente libre, por lo que puede ser susceptible de ser modificado mediante la educación en alimentación. En cambio la Nutrición es el conjunto de procesos involuntarios

mediante los cuales el organismo, una vez ingeridos los alimentos, absorbe y transforma sus nutrientes en sustancias químicas más sencillas que se utilizan para proporcionar materiales necesarios en la formación de las estructuras corporales, regular el metabolismo y aportar la energía necesaria para el perfecto funcionamiento del organismo. Una adecuada nutrición depende, generalmente, de una correcta alimentación, y sólo en algunas ocasiones, con motivo de procesos patológicos, aunque el aporte nutritivo sea suficiente cuantitativa y cualitativamente, se pueden producir alteraciones en el organismo.

Conclusion.

Con este pequeño entendimiento sobre la nutrición en niños es muy importante, saber en que podemos cambiar en los sistemas médicos para reforzar esa parte y también de la parte de los padres de familia, como poder dar una educación alimentaria correcta, se debe tomar con interés y preocupación en esta parte de la nutrición en los niños y no solo en los niños si no en la mayoría de las edades, por eso se debe actuar desde los niños para tener una educación nutricional buena y hacer caso mío de las indicaciones nutrimentales que dan los médicos en las pláticas que se imparte en las instituciones educativas.

Referencias.

- ¿Qué es un plan de acción?. (2019). recuperado de <https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/es/planificacion-del-programa/foundations-excellence/que-es-un-plan-de-accion#:~:text=Los%20planes%20de%20acci%C3%B3n%20son,Incluya%20los%20tres%20elementos%20vitales.&text=Las%20investigaciones%20no%20animan%20a,planes%20y%20lograr%20las%20metas.>
- Marta Carrasquilla. (2017). Cómo empezar un TFG. recuperado de [https://www.scribbr.es/como-empezar-tfg/como-crear-una-estrategia-de-investigacion/#:~:text=Una%20estrategia%20de%20investigaci%C3%B3n%20\(o,tu%20TFG%2C%20TFM%20o%20tesis.&text=Antes%20de%20poder%20crear%20tu,investigaci%C3%B3n%20y%20sus%20sub%2Dpreguntas.](https://www.scribbr.es/como-empezar-tfg/como-crear-una-estrategia-de-investigacion/#:~:text=Una%20estrategia%20de%20investigaci%C3%B3n%20(o,tu%20TFG%2C%20TFM%20o%20tesis.&text=Antes%20de%20poder%20crear%20tu,investigaci%C3%B3n%20y%20sus%20sub%2Dpreguntas.)