



## LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

**Nombre de alumno: Sanchez Chanona Jhonatan**

**Docente: Culebro Castellano Cecilio**

**Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico "Valoración alimentaria"**

**Materia: Epidemiología I**

**Grado: 2°**

**Grupo: "B"**

PASIÓN POR EDUCAR

**Comitán de Domínguez Chiapas a 12 de junio de 2021**

# Valoración Alimentaria

La Valoración Nutricional puede ser definida como la interpretación de la información obtenida a partir de estudios antropométricos, alimentarios, bioquímicos y clínicos. Dicha información es utilizada para determinar el estado nutricional de individuos o grupos de población en la medida que son influenciados por el consumo y la utilización de nutrientes

## Objetivos aplicables

- El objetivo de la evaluación de la dieta y del estado nutricional es conocer las condiciones de alimentación individuales y detectar tanto la subnutrición como la sobrealimentación (sobrepeso y obesidad, colesterol, ácido úrico) en personas de riesgo
- Analizar las características de los diferentes indicadores del estado de nutrición. Sus ventajas y desventajas
- Desarrollar habilidades en la utilización de métodos, técnicas e instrumentos de medición para la obtención de datos antropométricos y su posterior evaluación de Riesgo a nivel poblacional.
- Desarrollar habilidades en la utilización de métodos, técnicas e instrumentos de medición para la obtención de datos antropométricos y su posterior determinación del diagnóstico nutricional diferencial a nivel individual.
- Reconocer las diferentes pruebas bioquímicas de utilidad.
- Identificar signos clínicos relacionados con los principales problemas nutricionales.
- Adquirir destrezas en la obtención de datos de consumo de alimentos a través de encuestas alimentarias
- Desarrollar habilidades en la elaboración del diagnóstico del estado nutricional de un individuo y/o población.

## Tipos de encuesta

### Diario dietético

consiste en pedir al entrevistado que anote diariamente durante 3 o más días los alimentos y bebidas que va ingiriendo, siempre y cuando haya sido instruido con ayuda de modelos, medidas caseras o incluso fotografías, que indiquen la cantidad de alimentos que se ha tomado.

### Recordatorio de 24 horas

El cuestionario de 24 horas (o en ciertos casos 48 horas) consiste en definir y cuantificar todas las comidas y bebidas consumidas en un periodo previo a la encuesta (el día anterior).

### Cuestionario de frecuencia

Consiste en una lista cerrada de alimentos sobre los que se pregunta la frecuencia (diaria, semanal, mensual) de consumo.

### Historia dietética

Este método incluye tres encuestas de recordatorio de 24 horas y un cuestionario de frecuencia de consumo de alimentos del individuo.

Ha sido el método de elección para evaluar el consumo alimentario y su posible relación con ciertas enfermedades.

## Estrategias y líneas de acción

Estrategias coordinadas de seguridad alimentaria a través de la formulación y dirección de políticas públicas nacionales y regionales para afrontar los desafíos de la seguridad alimentaria (disponibilidad, acceso, utilización y estabilidad), con enfoque de género e incorporando la perspectiva de derechos humanos, en particular el Derecho humano a la Alimentación

- Línea de acción 1: Fortalecimiento de los marcos jurídicos institucionales para la Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN)
- Línea de acción 2: Facilitación del comercio
- Línea de acción 3: Pérdidas y Desperdicios de Alimentos
- Línea de acción 4: Programas de Abastecimiento de Alimentos

Acceso oportuno y sostenible a alimentos inocuos, adecuados, suficientes y nutritivos para todas las personas, especialmente las más vulnerables, con pertinencia cultural, a fin de poder desarrollarse y mantener plenamente las facultades físicas y mentales

- Línea de acción 1: Programas de Transferencias Condicionadas (PTC)
- Línea de acción 2: Mercado de trabajo
- Línea de acción 3: Agricultura Familiar

Bienestar nutricional y aseguramiento de nutrientes, respetando la diversidad de hábitos alimentarios, para todos los grupos en situación de vulnerabilidad

- Línea de acción 1: Alimentación Escolar
- Línea de acción 2: Bienestar Nutricional

Producción estable y atención oportuna ante desastres de origen socio-naturales que puedan afectar la disponibilidad de alimentos

- Línea de acción 1: Emergencias y catástrofes naturales

## Bibliografía

(s.f.). Obtenido de Encuestas alimentarias. Disponible:

<https://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/5632/mrs2de4.pdf?sequence=2&isAllowed=y#:~:text=Encuestas%20alimentarias,-Seg%C3%BAAn%20Musse%20y&text=1.,inventarios%2C%20o%20diarios%20diet%C3%A9ticos%20familiares>

agricultura, O. d. (s.f.). *CELAC*. Obtenido de plan para la seguridad alimentaria, nutrición y erradicación del hambre de la CELAC 2025. Disponible:

<http://www.fao.org/3/i4493s/i4493s.pdf>

Rural, S. d. (12 de Octubre de 2020). Obtenido de Estrategia de Educación Nutricional y su importancia para combatir el sobrepeso y obesidad en México. Disponible:

<https://www.gob.mx/agricultura/articulos/estrategia-de-educacion-nutricional-y-su-importancia-para-combatir-el-sobrepeso-y-obesidad-en-mexico?idiom=es>