



LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

NOMBRE DE ALUMNO: SANCHEZ CHANONA JHONATAN

DOCENTE: CULEBRO CASTELLANO CECILIO

**NOMBRE DEL TRABAJO: ENSAYO “ESTUDIOS APLICADOS EN
EPIDEMIOLOGIA NUTRICIONAL”**

MATERIA: EPIDEMIOLOGIA

GRADO: 2°

GRUPO: “B”

Comitán de Domínguez Chiapas a 28 de marzo de 2021

Estudios aplicados en epidemiología nutricional

(Ensayo)

Introducción

La epidemiología nutricional es uno de los campos que permite conocer lo que comemos y la calidad de la dieta a nivel poblacional. Así mismo permite conocer qué tan saludables estamos de acuerdo con la composición corporal.

Uno de los principales problemas y objetivos de la salud pública en los países desarrollados es prevenir y combatir el desarrollo de las enfermedades crónicas más prevalentes (enfermedad cardiovascular, obesidad, diabetes, hipertensión arterial, algunos tipos de cáncer, osteoporosis, etc.), consecuencia, en gran parte, del consumo excesivo o desequilibrado de algunos alimentos y/o nutrientes. Se estima que aproximadamente un tercio de los factores implicados en las enfermedades crónico-degenerativas están relacionados con los componentes de la dieta. La dieta puede contribuir a demorar o prevenir la aparición de un buen número de enfermedades y la adecuación de los hábitos alimentarios hacia modelos más saludables es uno de los elementos más importantes en las estrategias de promoción de la salud. Los estudios aplicados en epidemiología nutricional son una herramienta muy útil para determinar la evidencia científica de los problemas relacionados con la dieta y la nutrición. Su finalidad es aportar información que sirva de apoyo a la toma de decisiones en los distintos ámbitos relacionados con la salud como en las políticas de nutrición, en la planificación sanitaria e intervenciones ya que pretenden revisar la importancia de la dieta en su conjunto y de otros aspectos del estilo de vida, se analizarán las técnicas de valoración de la ingesta dietética y del estado nutrición, los diseños epidemiológicos usados en el campo de la nutrición. La epidemiología es la disciplina científica que se ocupa de la medición de aspectos relacionados con la salud en poblaciones. Sirve para valorar la frecuencia y distribución de estados de salud y sus determinantes, con objeto de facilitar la planificación y asignación de recursos, y también para estudiar los factores de riesgo y preventivos de las enfermedades. Como disciplina científica tiene como objetivo ganar conocimiento, si bien está fundamentalmente orientada a apoyar la toma de decisiones en salud pública.

Desarrollo

“La salud pública es el arte y la ciencia de prevenir la enfermedad, prolongar la vida y promover la salud a través de los esfuerzos organizados de la sociedad”.

Los estudios de epidemiología nutricional nos permiten determinar el papel de la dieta en la aparición y el desarrollo de enfermedades en las determinadas poblaciones. La epidemiología nutricional se basa en el estudio de la relación entre la dieta y la salud desde una perspectiva poblacional, a lo que quiere decir, que es a la proporción de individuos que presentan un determinado trastorno que es la prevalencia y la frecuencia de aparición de nuevos casos a lo que es la incidencia. Este 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 de intervenciones preventivas y de la promoción de la salud más efectivas. La epidemiología nutricional tiene un ámbito muy amplio en el que abarca aspectos tan diversos como la descripción de las enfermedades, el estudio de la relación entre los niveles de consumo de determinados alimentos, diferentes patologías, la investigación de tóxicos alimentarios, el análisis del papel de la nutrición y la etiopatogenia de las enfermedades, de la misma manera el estudio de los factores fisiológicos, socioeconómicos y culturales, o de política agrícola que condicionan al acto alimentario. Los estudios epidemiológicos son de tipo descriptivos y analíticos, ya que en estos describen las características posibles de una población en un lugar y un periodo de tiempo, dentro de ello entran, las personas, el tiempo y el lugar, en el cual se evalúa su frecuencia y los determinantes o factores que se asocian. Los principales estudios descriptivos son los estudios ecológicos y de prevalencia. Los estudios ecológicos hacen un análisis de las poblaciones o grupos de personas ya sea un municipio, ciudad, región o país, para hacer este tipo de estudios son necesarias las medidas ambientales que presentan las características físicas del medio ambiente, en el cual nos ayudan a la identificación como las variables climatológicas, atmosféricas y de contaminación ambiental. Este tipo de estudio nos ayuda a realizar comparaciones de consumos alimentarios, energía y de los nutrientes, con la incidencia, prevalencia o la mortalidad de las diferentes enfermedades. La epidemiología nutricional es mediante el estudio de las relaciones causales entre los diversos componentes de la dieta y los estados de salud-enfermedad, esto proporciona conocimientos científicos que sirven de base para la elaboración de recomendaciones dietéticas, objetivos nutricionales y guías alimentarias. porque vivimos en un entorno de demasiado en alimentos procesados, con una amplia disponibilidad de productos alimentarios procesados pobres en nutrientes esenciales y con alto contenido en energía, azúcares, grasas de mala calidad y sal a bajo precio junto con estrategias de marketing intensivas para promocionar su consumo Y como consecuencia

de la progresiva de una transformación de nuestra dieta, junto con otros factores de riesgo sedentarismo, tabaquismo, nos enfrentamos a una epidemia de obesidad y ENT. Para combatir esta situación es imprescindible poner en marcha intervenciones nutricionales a nivel comunitario y para que estas intervenciones sean efectivas se requieren una serie de condiciones, en primer lugar es necesario conocer las características sociodemográficas de los grupos de población o comunidades a las que van dirigidas las intervenciones y sus hábitos dietéticos. En segundo lugar se deben analizar las claves que han condicionado la adquisición y mantenimiento de los patrones alimentarios y las barreras físicas, sociales, culturales y económicas a las que se tiene que enfrentar cada comunidad para la modificación de ellos mismos. Y en tercer lugar hay que tener en cuenta los intereses y preferencias de la población y hacerla participe en el diseño y la implementación de la intervención. La distribución de alimentos y bebidas, la determinación del precio de los productos, la publicidad intensiva, la mayor o menor accesibilidad a determinados productos o la forma de presentar la información en el etiquetado de los mismos. La interpretación de los resultados de las relaciones causa-efecto entre la exposición y los desenlaces suele complicarse si existen factores de confusión no tenidos en cuenta suficientemente en el diseño o en el análisis estadístico. Pongamos por caso la clase social, que puede confundir la asociación entre un aumento del consumo de frutas y verduras y la salud las clases sociales altas pueden tener un consumo mayor de frutas y verduras, a la vez que independientemente de ello, tienen unos resultados en salud mejores, si también presentan un mayor nivel de actividad física o un consumo menor de alcohol. En ese caso la interpretación causal de una asociación positiva entre el consumo de frutas y verduras y una salud mejor debería tener en cuenta suficientemente la posible confusión generada por la clase social. Estudios de casos y controles, la asociación entre la presencia de un desenlace o una enfermedad.

Conclusión

En estos tipos de estudios nos ayuda a realizar comparaciones de consumos alimentarios, energía y de los nutrientes, con la incidencia, prevalencia o la mortalidad de las diferentes enfermedades, en esto podemos ver que Hay diferentes tipos de estudios de epidemiología nutricional bueno que esto nos permite determinar sobre la dieta del desarrollo de enfermedades en las que están toda las poblaciones la epidemiología nutricional se enfoca en el estudio de la relación entre la dieta y la salud desde un punto de vista de la población. Desde la aparición de nuevos casos y el estudio de los hábitos alimentarios y que estén relacionados con la salud como podrían ser los factores físicos, biológicos, sociales o culturales, porque vivimos en un entorno de demasiados alimentos procesados, con una amplia disponibilidad de productos alimentarios procesados pobres en nutrientes esenciales y con alto contenido en energía, azúcares, grasas de mala calidad y sal junto con marketing o comerciales para promocionar su consumo Y como consecuencia o problema de una transformación de nuestra alimentación junto con otros factores de riesgo sedentarismo, tabaquismo, obesidad, etc.

Estos factores hacen que la persona llega a un grado de mala nutrición, ya sea por una inadecuada alimentación y llegar a contraer enfermedades como, obesidad, sobrepeso e incluso diabetes entre otros problemas sistémicos, es por ello que nosotros debemos conocer los estudios aplicados en la epidemiología nutricional para poder llevar un control de estos problemas por una mala o inadecuada alimentación

Bibliografía

Miguel Angel Royo Bardona. (2017). La nutrición desde la perspectiva comunitaria y de la salud pública. En Nutrición en salud pública (9, 14, 20 de 356). Escuela Nacional de Sanidad Instituto de Salud Carlos III, Madrid España.

Susana L. Armiñana. (2020). Epidemiología nutricional (Estudios epidemiológicos). Universidad Juan Agustín Maza. Ciencias de la nutrición Recuperado el 26 de marzo del 2021.

Elaboración de estudios de Epidemiología Nutricional
<https://fueib.org/es/investigadors/65/otri/catalogo/2/356/servicio/elaboracion-de-estudios-de-epidemiologia-nutricional>