

**Nombre del alumno: Julián  
Santiago López**

**Nombre del profesor: Cecilio  
Castellanos Culebro**

**Nombre del trabajo: Ensayo sobre  
“Introducción a la epidemiología de la  
nutrición. Conceptos, Antecedentes y  
Objetivos “**

PASIÓN POR EDUCAR

**Materia: Epidemiología**

**Grado: Segundo semestre grupo “B”  
Facultad de Medicina**

## **Introducción**

La epidemiología es una ciencia de vital importancia para estudiar los determinantes de una enfermedad, la evolución de la misma y como estas afecciones a la salud en la población se van moviendo en un tiempo determinado y un espacio geográfico bien establecido con el número de personas que corresponda. En este ensayo nos centraremos en la epidemiología de la nutrición ya que como sabemos la ingesta de alimentos y la dieta que cada persona en general consume es de vital importancia para el buen desarrollo y crecimiento de cada individuo por lo que podemos determinar que la nutrición juega un papel muy importante en la historia de la humanidad que a lo largo de los tiempo también ha sido un objetivo de estudio ya que de la nutrición pueden derivar afecciones a la salud de una población que puede llegar a ser de importancia para el estudio en cuanto a la epidemiología.

Buscando de esta forma expresar y plasmar que la epidemiología en la nutrición será una parte importante para el estudio de la población y de este modo poder comprender un poco mejor como los alimentos y la relación de la ingesta de los mismos puede ver afectada a la salud de los individuos en un periodo de tiempo y espacio establecidos.

## **Desarrollo**

La epidemiología de la nutrición a lo largo de su historia a buscando comprender la relación que tiene la ingesta de los alimentos en cuanto a la salud de todo individuo y como los mismos alimentos pueden determinar el buen desarrollo de un ser humano o en su defecto que pueda ser el causante o ser visto como un detonante para complicaciones a la salud del mismo individuo y no solo eso sino que pueda ser visto como un detonante para la deterioridad a la salud de una población como tal por ende se resalta la importancia que tiene la vigilancia epidemiológica en cuanto a la dieta nutricional de la población no solo enfocándonos en cuanto a la ingesta de alimentos visto desde la perspectiva de la cantidades de alimento que consume, cuantas veces al día consume los alimentos y qué tipo de alimentos consume sino que también busca estudiar otros factores que estén relacionados de manera directa o indirecta en cuanto a la relación de la nutrición de una población como lo puede ser el tipo de riego que utilizan para obtener las frutas o verduras que se implementan en la dieta humana, el estado de las carnes, si los que son encargados de vender o repartir dichos alimentos cumplen con los parámetros adecuados de higiene y además de todo esto el control de calidad de los alimentos que visto de este modo la epidemiología se encarga del estudio y el control de todo esto, es por eso que la epidemiología en la nutrición juega un papel de suma importancia para la mejora en la

calidad de vida de las personas y para entender el comportamiento de afecciones patológicas en la salud de un individuo y todo ello derivado de la nutrición de cada uno. Así podemos determinar que la epidemiología nutricional será la herramienta de vital importancia que nos permitirá conocer cómo es que los aspectos dietéticos de cada individuo y por ende de la población pueden ser capaces de influir en cuanto a las enfermedades humanas.

Dentro de este punto de suma importancia para la epidemiología como es la nutrición se establecerán objetivos de estudio que estén relacionados con la ingesta de comida o en particular que estén relacionados con el seguimiento de una dieta nutricional en particular por ende se estudiarán los problemas de mayor incidencia en la población y además de esto la prevalencia de las enfermedades que serán o que son más comunes en una población vasados desde el punto de vista nutricional y basado en ello se tendrán los elementos necesarios para ser capaces de dar soluciones apegadas a lo antes investigado a los problemas de salud de la población y nutrición dentro de los niveles preventivos por que como recordaremos la epidemiología es una ciencia que está en íntima relación con la salud pública y por dicha relación la manera de abordar las complicaciones en la salud de los individuos y la población son estrechamente similares. El cumplimiento de la epidemiología nutricional con sus objetivos no ha sido nada fácil debido a que el estudio de la nutrición en las diversas poblaciones está determinada por muchos factores como lo pueden ser los aspectos culturales, religiosos, económicos, espacio geográfico donde habita cada individuo y muchos más agregando a ello la gran tarea de estudiar la cantidad de consumo de cada alimento y las veces de consumo de los mismos por eso considerando desde el punto de vista de la epidemiología se establece que la nutrición es de vital importancia para el estudio de las patologías de los individuos. Para ser claros y precisos es muy importante tener en cuenta a conceptos básicos que nos ayudaran a entender de una manera más amplia y certera el estudio de la epidemiología en cuanto a la relación que tiene con la nutrición de las personas, algunos de los conceptos más importantes que consideramos son de suma importancia tener muy presentes son:

- **Epidemiología de la nutrición** que prácticamente es todo el aspecto visto del ensayo por lo que es muy importante hacer un énfasis en su concepto que hace relación a la ciencia que se encarga de estudiar la relación existente entre dieta y salud, en la cual recae la importancia de fomentar y puntualizar estrategias y bases para el diseño, evaluaciones y ejecutar dichas ideas para realizar intervenciones

nutricionales adecuadas a nivel comunitario para que de esta forma se pueda ser capaz de mejorar el estado de la salud de la población

- **Nutrición** se necesita tener muy en cuenta a este término para poder tener un mejor conocimiento de por qué es tan importante para la epidemiología este punto o este concepto por lo que podemos determinar que la nutrición es una ciencia prácticamente encargada del estudio de la manera en que el organismo utiliza la energía de los alimentos y que es capaz de aprovechar los mismos para mantenerse en condiciones adecuadas y que de esta manera el organismo sea capaz de tener un desarrollo y crecimiento saludable y seguro.
- **Macronutriente** es prácticamente un término que hace referencia aquellos nutrientes que son capaces de suministrar la mayor parte o la mayor cantidad de energía para el organismo de todos los individuos que tengan el consumo de la mismas.
- **Micronutrientes** que en contra parte hace referencia a todos aquellos nutrientes o sustancias que todos los organismos de los seres vivos necesitan de manera controlada o en pequeñas dosis. Este es un claro ejemplo de como la nutrición está íntimamente relacionada con enfermedades ya que en muchas poblaciones y en diversos casos de los individuos que la conforman el consumo de estos micronutrientes no es la adecuada y tienen una ingesta muy elevada de este tipo de sustancia y al no tener el control necesario sobre las mismas el organismo del individuo no asimila de manera positiva a estas sustancias lo que es un factor que puede determinar a una patología en el individuo.

Ahora que ya somos capaces de relacionar con los términos antes mencionados con la importancia que estos tienen con la epidemiología consideramos que el estudio de la nutrición esta establecida desde hace muchos años. Algunos de los antecedentes más notorios en cuanto a la relación de enfermedades que están íntimamente relacionadas con la nutrición de las personas es el descubrimiento de la enfermedad de escorbuto que prácticamente es una enfermedad relacionada con el déficit de la vitamina c que se caracteriza por el empobrecimiento de la sangre y como ya sabemos la vitamina c se obtiene en los alimentos especialmente en los cítricos esta enfermedad fue observada mayormente en los marinos que debido a estar un periodo de tiempo muy prolongado en altamar sin una fuente de cítricos frescos y una fuente de vitamina c constante comenzaron a sufrir en gran número de esta enfermedad dando así una gran fuerza a la epidemiología nutricional. Pero no solo eso ya que otros antecedentes importantes para la epidemiología nutricional fueron hechos históricos como: que Anaxágoras fuera el

primero en comprender que el equilibrio correcto y que en general el alimento se convertía en el cuerpo y que todo el cuerpo humano al final de cuentas se componía de nutrientes siendo la primera vez que se utilizara este término en la historia de la humanidad y que hasta hoy en día es un término que perdura. Además de ello un acontecimiento muy importante que sucedió en la historia de la humanidad fue que en el año de 1617 Fabricius utilizando un tubo de plata desde que llegaba desde las fosas nasales hasta la nasofaringe dio de comer a sujetos con tétano descubriendo así que la buena ingesta de nutrientes no solo ayuda a la conservación de la salud, sino que cuando una enfermedad ya está establecida en un individuo la correcta nutrición puede jugar un papel de vital importancia para revertir esta enfermedad. Algo importante para la evolución de la epidemiología nutricional fue en el año de 1763 en el año que se crea la primera descripción de una enfermedad llamada palagra en el cual se atribuía su origen en una dieta pobre que estaba basada en el consumo de maíz por lo que era más común verla en los países latinoamericanos en especial en México. Así se demostró que cada parte geográfica tenía una dieta particular por lo que era común que algunas enfermedades fueran más vistas en partes territoriales en particular.

Una vez vistos los antecedentes de la epidemiología nutricional podemos darnos cuenta que las dudas sobre la relación nutricional con las enfermedades en el ser humano son de tiempo atrás por lo que es muy importante poner atención en la evolución de las enfermedades con los alimentos y el consumo de los mismos. Por ende, a lo largo de la historia de la epidemiología en la nutrición es normal que se hayan establecido múltiples objetivos para la reducción de las enfermedades en cuanto a la relación con la ingesta de los alimentos. Uno de los objetivos principales de la epidemiología en nutrición es participar en el análisis, la planificación, en la intervención y evolución diversos estudios epidemiológicos y de igual forma en diversos programas de alimentación y nutrición en diversas áreas y diversas edades de los individuos que conforman a una población. Y de igual forma discutir la validez de los resultados obtenidos a través de estudios epidemiológicos concernientes a la nutrición y ser capaz de describir los patrones alimentarios a partir de las fuentes primarias de alimentación. De igual forma aprender la utilización de las medidas de evaluación alimentaria y nutricional para la aplicación de estudios epidemiológicos.

## Conclusión

Considerando los antecedentes y los objetivos de la epidemiología en la nutrición podemos determinar que este punto de estudio de la epidemiología (nutrición) a sido de vital importancia para poder comprender de una mejor manera como la ingesta de los alimentos de cada individuo está altamente relacionada con una afección en la salud de la misma persona y como la epidemiología debe de ser capaz de interpretar y analizar esta relación nutrición-enfermedad para brindar soluciones coherentes y accesibles a la población para mejorar la calidad de vida de las personas que la conformas basados en el punto de inicio de la problemática que en este caso es la nutrición de la misma población.

Además de que la epidemiología en la nutrición deberá de ser capaz de tener en cuenta los cambios y los determinantes que hacen de la nutrición un aspecto de estudio muy variable para que al final de cuentas todos los puntos en las necesidades básicas en cuanto a la nutrición de las personas sean cubiertas en su gran mayoría y que mejor aún que en la totalidad de las mismas para que de esta forma se pueda garantizar un desarrollo positivo en los individuos que forman parte de esta población.

(Tabasco, enero 2008) (nutricion, 2015-2018)

## Referencias

nutricion, d. d. (2015-2018). Epidemiologia Nutricional . *Universidad Complutense de Madrid* , 12. recuperado de: <http://147.96.70.122/Web/Programa/803554.pdf>

Tabasco, U. d. (enero 2008). Epidemiologia de la nutricion . *Division academica de ciencias de la salud* , 10. recuperado de: [http://www.archivos.ujat.mx/DACS/nutricion/estructura\\_curricular/area\\_deformacion\\_sustantiva/EPIDEMIOLOGIA%20DE%20LA%20NUTRICION-250808.pdf](http://www.archivos.ujat.mx/DACS/nutricion/estructura_curricular/area_deformacion_sustantiva/EPIDEMIOLOGIA%20DE%20LA%20NUTRICION-250808.pdf)