



PASIÓN POR EDUCAR



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Medicina Humana

**Nombre del alumno: Yamili Lisbeth Jiménez Arguello.**

**Nombre del profesor: Dr. Cecilio Culebro Castellanos.**

**Nombre del trabajo: Ensayo valoración alimentaria.**

PASIÓN POR EDUCAR

**Materia: Epidemiología.**

**Grado y grupo: 2°B.**

Comitán de Domínguez Chiapas a 6 de junio del 2021.

## INTRODUCCIÓN

Alimentarse es una necesidad primaria para el ser humano y la valoración del consumo alimentario y el estudio de la dieta tanto nivel individual como colectivo, ha estado siempre presente en la historia de la humanidad.

Una correcta valoración del estado nutricional (VEN) permite identificar las alteraciones nutricionales por exceso y por defecto, y posibilita el adecuado abordaje diagnóstico y terapéutico. Una valoración del estado nutricional completa debe incluir la realización de la historia clínico-nutricional, incluyendo la valoración dietética, una correcta exploración y estudio antropométrico, y la valoración de la composición corporal.

La valoración del estado nutricional de un individuo permite conocer el grado en que la alimentación cubre las necesidades del organismo, lo que es lo mismo, detectar situaciones de deficiencia o de exceso. Dicha evaluación debe ser un componente del examen rutinario de las personas sanas y es más importante en la exploración clínica del paciente. Es necesario para proponer las actuaciones nutricionales adecuadas en la prevención de trastornos en personas sanas y su corrección en las enfermas. Sin embargo, existen varios métodos para evaluar el estado nutricional en los que se puede reflejar si la ingesta de alimentos es adecuada para satisfacer las necesidades de un organismo.

## DESARROLLO

La valoración del estado nutricional de una persona o de un grupo de población debe hacerse desde una múltiple perspectiva: dietética, antropométrica, bioquímica, inmunológica y clínica. El estudio del consumo de alimentos es uno de los aspectos más importantes de la ciencia de la nutrición.

De acuerdo con la OMS puede definirse a la evaluación del estado nutricional (VEN) como la “interpretación de la información obtenida de estudios bioquímicos antropométricos y que se utiliza básicamente para determinar la situación nutricional de individuos o poblaciones en forma de encuestas, vigilancia, o pesquisa”. La valoración del estado nutricional consiste en determinar el nivel de salud y bienestar de un individuo o una población desde el punto de vista de su nutrición. Supone examinar el grado en que las demandas del organismo están cubiertas por la alimentación. Tanto las deficiencias como los excesos diabéticos pueden ser factores de riesgo en muchas de las enfermedades crónicas más prevalentes en la actualidad.

El objetivo de la evaluación para llevar una 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. A partir de esta valoración se pueden diseñar un tratamiento dietético nutricional que sirva de prevención o como apoyo para la recuperación, en caso de personas enfermas. La evaluación nutricional mide indicadores de la ingesta y de la salud en un individuo o grupo de individuos, relacionados con la nutrición. Pretende identificar la presencia, naturaleza y extensión de situaciones de situaciones nutricionales alteradas, las cuales pueden oscilar desde la deficiencia al exceso.

El conocimiento de la ingesta de alimentos y por ende de energía y nutrientes en una población es de vital importancia para conocer el estado nutricional y poder planificar programas de intervención de forma coherente y de acuerdo con sus necesidades, así como investigar las interrelaciones del estado nutricional con el estado de salud de la población. La valoración del consumo de alimentos tiene aplicaciones en casi todas las áreas de acción. Entre las más vinculadas se mencionan: nutrición clínica, salud pública, nutrición y deporte, información y educación

nutricional, planificación alimentaria y nutricional, gerencia de servicios de alimentación colectivos, estética y mercadeo nutricional.

## CONCLUSIÓN

Podemos decir que la valoración del estado nutricional es fundamental para poder conocer y tratar la salud de algún paciente que lo necesite. Mediante esta valoración podemos darnos cuenta de infinidad de aspectos y como estos influyen en la calidad de vida de las personas.

El estado nutricional refleja si la ingestión, la absorción y la utilización de los nutrientes son adecuadas para satisfacer las necesidades del organismo. La deficiencia prolongada de un nutriente reduce su contenido en los tejidos y órganos, lo que afecta a las funciones bioquímicas en las que participa, pudiendo producir a largo plazo enfermedades carenciales. La evaluación clínica del estado nutricional es un componente fundamental de la evaluación de la salud a cualquier edad.

La evaluación nutricional es de suma importancia para todo personal de salud interesado en poder conocer cómo se encuentra el estado de alimentación de una persona; este sirve como un parámetro que nos delimita la salud del paciente, dentro de él se manejan límites con los que podemos dar un tratamiento adecuado y personalizado de acuerdo a las necesidades. La valoración del estado nutricional como un indicador del estado de salud, es un aspecto importante en la localización de grupos de riesgo de deficiencias en excesos dietéticos que pueden ser factores de riesgo en muchas de las enfermedades crónicas más prevalentes en la actualidad.

## Bibliografía:

- Madrigal, H. Martínez, H. y Márquez - Lopes, I. (2002). Valoración de la ingesta dietética. En: JA. Martínez, I. Astiasarán y H. Madrigal (editores). Alimentación y Salud Pública. Editorial Mc Graw Hill Interamericana, Madrid, pp. 39 – 51.
- Martínez, JA. (2002). Nutrición y estado nutricional. En: JA. Martínez, I. Astiasarán y H. Madrigal (editores). Alimentación y Salud Pública. Editorial Mc Graw Hill Interamericana, Madrid, pp. 33 -38.