



Mi Universidad

ENSAYO

Nombre del Alumno (A):

Hogla Rubí Sangeado Domínguez

Nombre del tema:

Valoración Nutricional

Parcial:

3er Parcial

Nombre de la Materia:

Epidemiología

Nombre del profesor:

Dr. Víctor Manuel Nery

Nombre de la Licenciatura:

Lic. En Enfermería

Cuatrimestre:

4to Cuatrimestre

PICHUCALCO, CHIS. 31/OCTUBRE/2021

VALORACIÓN NUTRICIONAL

Las guías alimentarias trasladarían estas recomendaciones en términos de alimentos como patrón dietético que permite conseguir el perfil nutricional de referencia, como sistema de apoyo para prevenir el desarrollo precoz de enfermedades crónicas y degenerativas e incluso mejorar la cantidad y calidad de vida. Estas guías constituyen una herramienta de gran utilidad para educar y orientar a la población hacia una alimentación más saludable. Se diseñan considerando los hábitos alimentarios predominantes, la disponibilidad alimentaria y el nivel de acceso a los alimentos en cada país, entre otros aspectos.

Cada una de las recomendaciones nutricionales deben de ser estructuradas de acuerdo al carácter nacional y regional esto es importante ya que se evalúa el estado nutricional del país y así tener como finalidad y de igual forma prevenir enfermedades nutricionales originadas por el déficit de consumo de energía o nutrientes específicos, de igual forma como la prevención de enfermedades crónicas que no son transmitibles como sería la dieta no adecuada y el sedentarismo.

Así se reconocía en el documento sobre la formulación de guías basadas en alimentos de la FAO/OMS (1996), que destacaba, además, que las guías alimentarias deben reflejar patrones alimentarios más que objetivos numéricos y deben ser positivas, estimulando la aceptación placentera de ingestas dietéticas adecuadas. De manera que diversos patrones de consumo alimentario pueden ser concordantes con los objetivos de salud.

DATOS QUE NOS PUEDEN AYUDAR A LA VALORAR EL ESTADO NUTRICIONAL:

- Determinación de la ingesta de nutrientes.
- Determinación de la estructura y composición corporal.
- Evaluación clínica del estado nutricional.

