



**Mi Universidad**

## **Mapa Conceptual**

*Nombre del Alumno: Luis Fernando Roblero Cano*

*Nombre del tema: medidas de evaluación alimentaria y nutrición en estudios epidemiológicos.*

*Parcial: II*

*Nombre de la Materia: Epidemiología*

*Nombre del profesor: Alfonso Velazquez Perez*

*Cuatrimestre: 4to*

*Frontera Comalapa, Chiapas a 4 de diciembre del 2021*

*medidas de evaluación  
alimentaria y nutrición en  
estudios epidemiológicos.*

El concepto de evaluación del estado nutricional tiene un carácter y unas aplicaciones amplísimos. Desde el punto de vista de la medicina preventiva de un país, es fundamental conocer el estado nutricional del mayor porcentaje posible de su población, para posteriormente, poder hacer las intervenciones pertinentes en materia de salud pública.

Calorías

Ingerir mucho

se reducen las existencias de los distintos compartimentos corporales y nuestro organismo se vuelve más sensible a descompensaciones provocadas por un traumatismo, una infección o una situación de estrés.

Ingerir menos

se incrementan las reservas de energía de nuestro organismo, fundamentalmente ubicadas en el tejido adiposo.  
Una ingestión calórica excesiva, un estilo de vida sedentario o ambas cosas a la vez determinan un aumento del tamaño de nuestros depósitos de grasa que es conocido como obesidad.

Determinar la  
nutrición

Es relativamente fácil determinar cuándo una persona está francamente desnutrida o, por el contrario, muestra signos de sobrealimentación. También es relativamente sencillo detectar déficit nutricionales graves como el escorbuto, la pelagra o la anemia ferropénica.

Mecanismos  
en el balance  
nutricional

es necesario recurrir a medidas que nos orienten respecto de nuestro estado nutricional. Siendo rigurosos, es evidente que cuantas más técnicas se utilicen, más precisa será nuestra evaluación final.

valoración

4 apartados

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

Determinación de  
la ingestión de  
nutrientes

Consiste en cuantificar los nutrientes ingeridos durante un período que permita suponer que responde a la dieta habitual. Cuando estas cantidades de nutrientes se comparan con tablas de ingestiones recomendadas, podemos tener una idea de qué es lo que tomamos en exceso y qué en defecto. Como en la mayoría de los casos es imposible hacer un análisis químico de los nutrientes ingerido en nuestros alimentos, lo más habitual es recurrir a las encuestas dietéticas.

Medidas  
antropométricas

Se basan en tomar medidas de longitud y peso sobre el propio cuerpo y compararlas con valores de referencia en función de nuestra edad, sexo y estado fisiopatológico.