

INTRODUCCION.

En este trabajo de control de lectura es el dar a información sobre la relación de dieta y salud, la cual se engloba en las perspectivas comunitarias y de salud pública, abordando la nutrición, alimentación, a nivel global, para así poder ofrecer recomendaciones nutricionales y guías alimentarias basadas en pruebas científicas, así como también el promover intervenciones nutricionales, efectivas. De ahí su importancia a estudiar los componentes que lo constroyen

EPIDEMIOLOGIA DE LA NUTRICIÓN.

Para entender mejor relacionamos el concepto de salud pública con el concepto de la nutrición, en el cual podemos decir que la nutrición en salud pública es la ciencia que estudia la relación entre dieta y salud, la cual sienta las bases para el diseño, ejecución y evaluación de intervenciones nutricionales a nivel comunitario y poblacional, y como el objetivo de mejorar el estado de salud de las poblaciones.

Un claro ejemplo de cuánto nos hemos desarrollado en conocimiento, es con la enfermedad de la obesidad, en décadas atrás la obesidad era considerada como una enfermedad de tipo glandular, la cual era endocrina y al observar los factores de riesgo individualmente esta fue entrando al dominio de la medicina preventiva.

La salud pública no solo se enfoca en factores ambientales, sociales y culturales, sino, también en los hábitos de la vida, como las preferencias alimentarias, la producción alimentaria y los precios de estos, de igual manera el nivel socioeconómico de las familias, cantidad de áreas verdes (parques), sistemas de transporte urbano, entre otros.

Al ser la salud pública una rama de variados elementos, esta puede ser ejercida por un profesional bien-formado, conociendo el rol de cada una de esas disciplinas que abordan la salud pública familiarizado con la implementación de intervenciones a cargo de equipos multidisciplinares.

Desarrollando más el tema, también encontramos lo de nutrición comunitaria, el cual potencia y mejora el estado nutricional, con un enfoque participativo, en el cual potencia y mejora el estado nutricional, con un enfoque en el cual se complementa por cinco componentes, la gestión de una política alimentaria y nutricional, la creación de entornos favorables, la capacidad de las habilidades individuales, la potenciación de la acción comunitaria y reorientación de los servicios de nutrición alimentaria y restauración.

- Mencionando las funciones propias de la nutrición comunitaria,
- "Identificar y evaluar los problemas nutricionales de los grupos poblacionales, especialmente los de riesgo, mediante el diseño, ejecución e interpretación de estudios que conduzcan a este fin?"
 - "Asesorar sobre aspectos nutricionales en las políticas de salud pública?"
 - "Desarrollar programas de formación e información para profesionales implicados en actividades de nutrición y alimentación en la comunidad?"
 - "Llevar a cabo programas de educación nutricional y estar presentes en los medios de comunicación social en temas de dieta y salud."

- "Denunciar la influencia indebida de las industrias alimentarias y de la publicidad en la agenda pública-política y de investigación en nutrición".
- "Aseorar y colaborar con instituciones que lleven a cabo actividades relacionadas con la alimentación y nutrición".

Dieta y Salud.

Es de gran importancia tener un buen consumo de nutrientes esenciales, los cuales los nutrimentos esenciales incluyen minerales, vitaminas, lípidos y aminoácidos, ya que la salud de los individuos es fundamentalmente determinada por la dieta, con esto los investigadores se interesaron en la influencia que tiene la dieta con las epidemias de enfermedades no transmisibles, como cardiovasculares, obesidad, diabetes, cáncer, demencias, osteoporosis y malformaciones congénitas.

Los cuales tienen una serie de características comunes condicionadas en la influencia de la dieta en el desarrollo.

- "Caracter multi-causal: la dieta siendo una más de los factores de riesgo, que se relacionan entre ellos".
- "Los periodos de latencia, los cuales se desconocen, a lo cual se a visto casos en la que la variable de interés puede ser la exposición acumulada a lo largo de bastantes años".
- "Frecuencia relativamente baja: la cual la prevalencia en la población general es baja, dificultando el coal recoger muestras de medida suficiente para los objetos de investigación".

- Caracter irreversibles o difícilmente reversibles:

La irreversibilidad de algunas de estas condiciones supone un inconveniente añadido al analizar el efecto de la dieta sobre las mismas.

- Causadas tanto por excesos como por defecto en la ingestión.

Ya que los temas englobados dificultan el análisis de la relación entre dieta y la salud, se creó una variable, la epidemiología nutricional, la cual es para conocer los condicionantes nutricionales en la población, contribuir en la creación de intervenciones nutricionales efectivas.

Intervención nutricional en salud pública.

La epidemiología nutricional, la cual se enfoca a la elaboración de recomendaciones dietéticas, objetivos nutricionales y guías alimentarias, todo esto con bases a estudios científicos, los cuales frecuentemente los hábitos dietéticos de la población no va de acuerdo a las recomendaciones de los expertos en nutrición. A esto es culpable la gran abundancia de disponibilidad de productos alimentarios ultraprocesados a muy bajo precio, que nos ofrecen con un marketing muy bien elaborado, causando la epidemia de obesidad y ENT (Enfermedades no transmisibles).

Para prevenir un incremento se emplea intervenciones nutricionales a nivel comunitario, requiriendo una serie de condiciones para su efectividad.

El cual se necesita conocer las características sociodemográficas de la población, como sus hábitos dietéticos. Donde se analiza las condiciones para la adquisición y mantenimiento de los patrones alimentarios y así las barreras que se enfrentan cada comunidad para su modificación.

El tomar en cuenta los intereses y preferencias de la población y implementarlos a la intervención.

Estudios aplicados en epidemiología nutricional.

Para realizar una buena y correcta investigación epidemiológica debe efectuarse mediante varios tipos de estudios, que proporciona información de distintos grados de calidad.

Dependiendo de la naturaleza de la pregunta de investigación que se plantee y de la disponibilidad de recursos humanos y materiales y de conocer las ventajas e inconvenientes de cada tipo de estudio.

Encontrándose dos tipos de clasificación para el estudio epidemiológicos.

La primera basada en el control que tiene el investigador sobre el proceso que se investiga, en si el investigador determina quienes van a recibir la intervención que se requiere estudiar.

Este dividiéndose en dos clases

- los estudios experimentales - cuasiexperimentales
los estudios observacionales.

En el cual los estudios experimentales el investigador decide quienes recibirán la intervención y miden sus efectos a lo largo del tiempo.

Y por otro lado los estudios observacionales es cuando el investigador se limita a observar los efectos en el tiempo de intervenciones sobre las que no posee ningún control.

- Y la segunda clasificación se basa en si plantean hipótesis de relaciones causa-efecto, utilizados con los estudios analíticos o no utilizarlos con los estudios descriptivos. Sin embargo, esta clasificación no capta por completo la complejidad de los diseños, pues algunos de los estudios clasificados habitualmente como descriptivos, como los estudios ecológicos y transversales, pueden partir de hipótesis causales y convertirse en estudios analíticos.

CONCLUSIÓN

Ahora bien visto los temas anteriores, podemos decir que la relación entre dieta y salud debe abordarse desde una perspectiva nutricional, en función de la composición química alimentaria química, de la dieta y de los contenidos en los alimentos y esto mediante el análisis de los patrones dietéticos o alimentarios.

Así bien para obtener una información comprensiva, de gran validez y de más fácil interpretación solo pudiendo afrontar mediante la integración y contemplación de forma conjunta las tres perspectivas mencionada.