

EPIDEMIOLOGÍA.

Valoración alimentaria.

Es importante determinar la adecuación nutricional de la dieta, sobre todo si se quiere estudiar en diferentes poblaciones (estudios multicéntricos).



Valoración alimentaria.

Esta etapa es muy importante, pues tiene como objetivo evaluar oportunamente el crecimiento y desarrollo e identificar situaciones de riesgo o alteraciones.

Objetivos de aplicaciones.

Los métodos más descritos en la literatura para evaluar la ingesta de alimentos son los recordatorios de 24hrs y los cuestionarios de frecuencia de consumo de alimentos.



Objetivo de aplicaciones.

- Aporte energético: este punto resulta fundamental para el bienestar humano y para cualquier actividad que se desempeñe. La oferta de hidratos de carbono, proteínas y grasas deben ofrecerse en cantidad, calidad y proporción adecuadas.

Tipos de encuestas.

Se realizan con el objetivo de que el médico obtenga información del consumo diario de alimentos y actividades físicas de los pacientes, con el objetivo de realizar un plan de salud que se adapte a sus necesidades.



Tipos de encuestas.

Existen tres tipos de encuestas nutricionales, para adultos, estudiantes y adolescentes. Las tres son herramientas ideal para conocer que tipos de alimentos consumen.

Con los resultados se pueden crear programas interactivos para promover la buena alimentación.

