

EPIDEMIOLOGIA

TEMA:

ANÁLISIS PARA EL DIAGNÓSTICO EN EL DISEÑO DE ESTRATEGIAS, PROYECTOS, PROGRAMAS Y POLÍTICAS
NUTRICIONALES

INFROMACION ALIMENTARIA NUTRICIONAL

Alumna: Ingrid Renata López Fino

Docente: Dr. Julio Andrés Ballinas Gómez

Parcial: 3

Semestre: 2

ANÁLISIS PARA EL DIAGNÓSTICO EN EL DISEÑO DE ESTRATEGIAS, PROYECTOS, PROGRAMAS Y POLÍTICAS NUTRICIONALES



Tienen por objetivo garantizar que la población pueda tener acceso a alimentos que les permitan satisfacer sus necesidades y cumplir con los requerimientos nutritivos para una vida saludable, y por ende mejorar la nutrición.

Las políticas están orientadas en dos ejes:

Población meta

Grupos vulnerables: Población en situación de pobreza y por carencia por alimentación.

- Poblaciones indígenas
- niñas y niños menores de 5 años
- Niñas y niños en edad escolar
- mujeres embarazadas y en lactancia
- adultos mayores

Actualmente los programas de mayor cobertura son:

1. Programa de Desarrollo Humano Oportunidades
2. Programa de Abasto Social de Leche LICONSA
3. Programa de Desayunos Escolares del Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia (DIF)
4. Programa de Apoyo Alimentario (PAL)

Producción de alimentos: bienes de consumo (distribución, volumen producido, ahorro generado, producción local)

Subsidios a los precios de alimentos: Canasta básica, leche, tortillas...



Consumo de alimentos: Efecto directo con el estado de nutrición y las pautas de consumo.

Intervenciones directas a grupos vulnerables: Programas de complementación alimentaria, educación nutricional, Programas de suplementación complementaria: Vit A, Zinc, Hierro.

INFROMACION ALIMENTARIA NUTRICIONAL

La información nutricional de un alimento debe incluir el valor energético y determinados nutrientes como grasas, azúcares y proteínas.



La información nutricional de un alimento debe especificar su valor energético y describir la cantidad de nutrientes que contiene.

Todos estos datos suelen publicarse en la tabla de información que está presente en los envases de los alimentos que consumimos a diario, lo cual nos permite conocer los nutrientes que ingerimos, en qué proporción y qué cantidad de calorías aportan.

Toda esta información es muy provechosa al momento de planificar la ingesta diaria, sobre todo cuando estamos haciendo algún tipo de dieta en particular.

Si seguimos una dieta, la tabla de información nutricional nos permite consumir la cantidad adecuada de nutrientes, de lo contrario corremos el riesgo de comer de más o de menos de aquellos alimentos indicados en el régimen.



La información nutricional obligatoria debe contener el valor energético expresado en kilocalorías, la cantidad de grasas, grasas saturadas, hidratos de carbono, azúcares, proteínas y sal. También se pueden agregar otros datos complementarios como por ejemplo la cantidad de almidón, fibra alimentaria, vitaminas y minerales.

Además de la cantidad de nutrientes, la etiqueta de información nutricional debe detallar la cantidad de producto que contiene el envase, la forma de conservación, el modo de empleo, la fecha de elaboración y la de vencimiento.

BIBLIOGRAFIA

- Métodos de evaluación de programas nutricionales de gran escala en América Latina: una revisión integrativa (2014)
<https://scielo.isciii.es/pdf/nh/v31n1/13revision13.pdf>
- Qué es la información nutricional <https://www.educativo.net/articulos/que-es-la-informacion-nutricional-1136.html#:~:text=La%20informaci%C3%B3n%20nutricional%20de%20un,cantidad%20de%20nutrientes%20que%20contiene.>
- Políticas y programas de alimentación y nutrición en México
http://www.cemesad.unach.mx/images/Ponencias_congreso/alimentacion.pdf