



EPIDEMIOLOGIA

Mi Universidad

Tipos de encuestas nutricionales

ALUMNA: OLGA MARIA MARTINEZ
ALBORES

DR. JULIO ANDRÉS BALLINAS GÓMEZ
LIC. EN MEDICINA HUMANA
4TO CORTE

SAN CRISTÓBAL DE LAS CASAS, CHIAPAS.

Tipos de encuestas nutricionales

Las encuestas nutricionales son un instrumento que utilizan los expertos para realizar una investigación y conocer, por ejemplo, hábitos alimenticios, el grado de conocimiento que tienen las personas sobre alimentos saludables, y otros aspectos relacionados con la ingesta de alimentos.

Después de recolectar esta información, especialistas pueden crear medidas preventivas y emprender programas de educación nutricional y de salud con el objetivo de asegurar los elementos y recursos que favorezcan el bienestar de las personas.

Encuestas nutricionales para adolescentes: Este tipo de encuestas permite saber si los adolescentes tienen hábitos alimenticios que no perjudiquen su salud. La adolescencia es una de las etapas más importantes para el desarrollo físico y emocional, además de que es una etapa donde se presentan frecuentemente problemas alimenticios que se deben prevenir.

Encuestas nutricionales para niños: Las encuestas sobre los hábitos alimenticios para niños permiten saber si los niños están consumiendo los alimentos que cuentan con los nutrientes suficientes para un desarrollo favorable y si realizan actividades que beneficien tanto su salud física como emocional.

Encuestas nutricionales para adultos: Las encuestas nutricionales para adultos son la herramienta ideal para conocer qué tan interesados se encuentran en cuidar su alimentación. A través de esta encuesta se puede conocer qué tipos de alimentos consumen y si realizan actividades físicas que favorezcan su bienestar o si necesitan realizar algún cambio para prevenir problemas de salud.

Encuestas nutricionales para estudiantes: Con estas encuestas, los expertos pueden evaluar si los estudiantes tienen buenos hábitos alimenticios, tanto fuera como dentro de la escuelas, y si realizan actividades físicas que ayuden a su salud y crecimiento.

Las encuestas nutricionales pueden utilizarse para diferentes objetivos como:

- **Realizar investigaciones en comunidades aisladas:** A través de una encuesta los investigadores pueden acudir a comunidades lejanas y conocer la forma en la que se alimentan en la localidad. De esta manera se pueden crear programas que ayuden a las personas a aprovechar sus recursos y alimentarse de forma saludable.
- **Prevenir enfermedades relacionadas con los hábitos alimenticios:** Con las encuestas nutricionales, los expertos pueden obtener información importante y ayudar a las personas a evitar enfermedades como la obesidad, la desnutrición, la anorexia, diabetes, etc.
- **Conocer hábitos alimenticios de personas que padecen enfermedades crónicas:** Las personas que padecen enfermedades crónicas deben de tener un estilo de alimentación de acuerdo a su padecimiento. Es por eso que las encuestas nutricionales ayudan a los especialistas en salud a conocer la forma en la que se alimentan y crear un programa que vaya de acuerdo con su padecimiento

Bibliografía

<https://www.e-nquest.com/encuestas-nutricionales/>