

**Tema: Epidemiología de la Nutrición**

**Materia: Epidemiología**

**Grado: 2°**

**Grupo: “A”**

**Nombre de alumno: Fátima del Rocío Salazar Gómez**

**Nombre del profesor: Dr. Cecilio Culebro Castellanos**

Comitán de Domínguez Chiapas a 26 de abril de 2022.

## **Epidemiología de la Nutrición.**

En este trabajo se explican los conceptos de epidemiología y epidemiología Nutricional, con la finalidad de poder entender la importancia de esta última, en el proceso salud-enfermedad de los individuos.

La finalidad de este trabajo es poder entender un poco más acerca de cómo es que la epidemiología nutricional influye en gran manera para el control de enfermedades crónico degenerativas, que hoy en día es uno de los factores de alto índice que presentan las personas, debido a que no tienen una buena información sobre la dieta equilibrada que deben llevar.

La Epidemiología es la ciencia que se encarga del estudio de la distribución y de los factores determinantes de la salud y enfermedad en la población humana, con la finalidad de tener una vigilancia de algunas de las enfermedades que predisponen en cada localidad.

Mientras que la Epidemiología Nutricional es la que se encarga de estudiar específicamente los aspectos nutricionales y alimentarios, tanto lo biológico como lo social del acto alimentario dentro de una población determinada. Hay que tener en cuenta que las variables nutricionales y alimentarias son complejas de medir y por tanto se requiere del apoyo de otras ciencias relacionadas con la nutrición.

La epidemiología nutricional es una de los campos de utilidad para el profesional médico, porque permite conocer cómo los aspectos dietéticos pueden influir sobre las enfermedades humanas, así como también estudia los factores (socioeconómicos, culturales, agronómicos) implicados en la alimentación, la evaluación de intervenciones nutricionales y la investigación de tóxicos en los alimentos. La epidemiología nutricional comenzó con el estudio de enfermedades carenciales como el escorbuto ampliándose desde entonces al estudio de un amplio abanico de enfermedades: diabetes, malformaciones congénitas, demencia, Parkinson, osteoporosis, y tomando un papel protagonista el estudio del cáncer y las enfermedades cardíacas. La metodología y la interpretación de los resultados

en esta rama de la epidemiología se nutre del saber de otras disciplinas: nutrición clínica, bioquímica, fisiología, biología y toxicología.

La epidemiología nutricional es una disciplina joven, probablemente debido a la dificultad de medir la dieta como un factor de exposición. Su complejidad reside en que la exposición a los nutrientes es continua, con un amplio rango en la variación de la dieta intraindividual y variaciones interindividuales. Los cambios en la dieta son difíciles de situar en el tiempo y a veces se producen de forma progresiva. Además, los individuos no conocen los nutrientes que consumen y muchas veces no son conscientes de las cantidades de los alimentos utilizadas en las distintas comidas. Los métodos de evaluación dietética son la piedra angular de estos estudios y han sido un gran desafío para la epidemiología nutricional.

Hipócrates, el padre de la medicina occidental dijo: “Que el alimento sea tu mejor medicina y tu mejor medicina sea tu alimento”. La epidemiología nutricional tiene ante sí, el desafío de que un factor crítico de una salud pública de calidad como es la nutrición, sea suficientemente investigado, desarrolle intervenciones que den solución a los problemas nutricionales de la población y que las desigualdades nutricionales existentes en el mundo se vuelvan mínimas.

**Los objetivos de la investigación epidemiológica son:**

Describir la distribución y magnitud de las enfermedades relacionadas con la nutrición y los desequilibrios nutricionales y alimentarios de las poblaciones humanas. (Epidemiología Descriptiva)

2. Identificar las causas de las enfermedades relacionadas con la nutrición- (Epidemiología. Analítica)

3. Proporcionar la información necesaria para planificar y gestionar servicios y programas para la prevención, control y tratamiento de dichas enfermedades- (Vigilancia Nutricional)

**Incluso algunos de los muchos usos de la epidemiología nutricional son los siguientes:**

- Descripción de las enfermedades que se dan por carencias o excesos de nutrientes específicos.
- Investigación de las relaciones entre el consumo o no de determinados alimentos y la aparición de determinadas enfermedades.
- Estudio de los condicionantes del acto alimentario (factores económicos, culturales agrícolas y fisiológicos).
- Descripción del estado nutricional de la población.
- Analizar tendencias.

Es importante que cada individuo pueda llevar una dieta saludable y conozca de los alimentos que no son de gran aportación nutricional en su cuerpo y que por el contrario pueden causarle un estado de salud desequilibrado. De esta manera se pueden evitar tener enfermedades que son causadas por la alta ingesta de alimentos ricos en carbohidratos, sodio, grasas, y reducir en gran medida el consumo de las mismas o en menor cantidad para poseer de una buena salud.

Sin embargo, es importante educar a la población con diversos recursos que podemos destinar para los diferentes sectores a educar, siendo desde niños, adultos, jóvenes y personas mayores.

## Bibliografía

ARMIÑANA SUSANA L. (Universidad Juan Agustín Maza Facultad Ciencias de la Nutrición Carrera Nutricionista), *Epidemiología Nutricional 2020* consultado el 26 de abril de 2020, obtenido de:

[http://repositorio.umaza.edu.ar/bitstream/handle/00261/1317/EpidemiologianutricionalSusanaArmi%C3%B1ana\\_pa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositorio.umaza.edu.ar/bitstream/handle/00261/1317/EpidemiologianutricionalSusanaArmi%C3%B1ana_pa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

CUTILLAS TOLÍN, ANA *Epidemiología Nutricional 2016*, consultado el 26 de abril de 2020, obtenido de:

<https://aulavirtual.um.es/umugdocente-tool/htmlprint/guia/Rnrvfelz8Qb62SOpF8Gv50tyW4IOEyBGYI7RaakabjH4TWkS62>