

Tema: Epidemiología de la Nutrición

Materia: Epidemiología

Grado: 2°

Grupo: "A"

**Nombre del alumno: Jasson Yael
López Ordoñez**

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

Introducción

La epidemiología es una ciencia médica que nos permite realizar seguimiento, atender a problemas de salud y poder mantener el bienestar general de la población. La epidemiología de la nutrición, es una rama de la epidemiología general que nos permite atender a tantos problemas de salud derivados a una mala alimentación, a través de la búsqueda e investigación de la alimentación de una población específica, la cual la podremos clasificar, como lo es en prácticamente todas las ramas de la epidemiología, por sexo, por edades, por ocupaciones, por lugares, entre otras.

En este trabajo, dedicado especialmente para adentrarnos en la epidemiología de la nutrición, comenzaremos por introducirnos en los conceptos básicos que debemos tener en cuenta con base a esta rama de la epidemiología; se tocará su definición, los antecedentes de la epidemiología nutricional, sus principales conceptos, los objetivos que esta tiene en la labor práctica y con ello entender la importancia del estudio y práctica de la epidemiología nutricional.



¿Qué es la Epidemiología Nutricional?

La epidemiología nutricional es el estudio de los determinantes relacionados a la nutrición en la salud de la población. La epidemiología nutricional busca conocer los determinantes que afectan a la salud y la enfermedad a partir de la alimentación de las personas. La epidemiología nutricional es una de los campos más fascinantes y de utilidad para el profesional dietista-nutricionista entre otras porque permite conocer lo que comemos y la calidad de la dieta a nivel poblacional. Así mismo permite conocer qué tan saludables estamos de acuerdo con la composición corporal.

La epidemiología nutricional es una herramienta muy útil para determinar la evidencia científica de los problemas relacionados con la dieta y la nutrición a resolver en salud pública.

Antecedentes

Al final del siglo XVII John Graunt publica su libro fundador de la epidemiología, y más tarde en el siglo XVIII James Lind hace su famoso experimento naval. Luego en el siglo XIX la epidemiología surge como una ciencia de las epidemias, con los posteriores estudios de Pierre Louis o de John Snow. La razón principal por la cual no surgió una epidemiología precolombina es debido a que la creencia de los chamanes precolombinos de abordar el universo en toda su complejidad resultaba incompatible con una ciencia poblacional. ¿Quién dio inicio a la epidemiología científica?

A Fracastoro le cabe el honor de ser el primer médico que estableció que enfermedades específicas resultan de contagios específicos, presentando la primera teoría general del contagio vivo de la enfermedad. Desde este punto de vista, debe ser considerado el padre de la **epidemiología** moderna.

Conceptos

Para llevar a cabo estudios pertinentes en la epidemiología nutricional se hace uso de conceptos que incluso se llegan a englobar en la epidemiología general. Para la epidemiología nutricional se toma incluso en cuenta factores que determinan la salud de las personas como lo es señalado en la conocida Triada epidemiológica, hablamos del huésped, el agente y el ambiente que incluso en esta rama epidemiológica tienen alta relevancia. Así también, a continuación, veremos las palabras que en la epidemiología nutricional son ampliamente usadas y requeridas:

- **IMC:** el índice de masa corporal (IMC) es una medida para indicar el estado nutricional en adultos (peso normal, sobrepeso y obesidad). Es el peso de una persona en kilogramos dividido por la raíz cuadrada de la altura de la persona en metros (kg / m^2).
- **Caquexia:** un síndrome metabólico complejo caracterizado por la pérdida de músculo (con o sin pérdida de masa grasa) en adultos y supresión del crecimiento en niños, frecuentemente asociado con inflamación, anorexia y resistencia a la insulina.
- **Carcinógeno:** una sustancia que aumenta la incidencia de cáncer en los tejidos vivos, esto podría ser químico, físico o biológico.

- **Factores dietéticos:** sustancias y características de la dieta; por ejemplo, la cantidad de grasa total, fibra dietética y el método de cocción.
- **Factores de estilo de vida:** hábitos y formas de vida identificables y cuantificables (por ejemplo, dieta, tabaquismo, consumo de alcohol, pasatiempos) que son útiles para diferenciar grupos de población para estudios epidemiológicos.
- **Metabolismo:** los cambios químicos que ocurren en los organismos vivos para mantener la vida, por lo que se pueden usar para almacenar o usar la energía que necesita el cuerpo.
- **Obesidad:** el exceso de grasa corporal que conduce a un mayor riesgo de diversas enfermedades. La obesidad se define como un IMC de 30 kg / m² o más.
- **Factor de riesgo:** un elemento causal que podría aumentar la posibilidad de desarrollar una enfermedad. Los factores de riesgo de cáncer pueden incluir: edad, antecedentes familiares, exposición a ciertos químicos o radiación, consumo de tabaco y cambios genéticos específicos.
- **Sobrepeso:** el sobrepeso se clasifica como un IMC de 25 kg / m² a 29,9 kg / m².
- **Sedentario:** Las personas que se describen como sedentarias pasan mucho tiempo sentadas y realizan muy poca actividad física.
- **Índice de masa corporal:** el índice de masa corporal es una relación estandarizada de peso y altura, y a menudo se usa como un indicador general de salud.

- **Calorías:** El número de calorías que figuran en la etiqueta de un alimento le indica cuántas calorías hay en una porción. Es importante recordar que incluso los paquetes pequeños a menudo contienen más de una porción.

Cuál es la Importancia de la Epidemiología Nutricional (Objetivos)

El objetivo principal es el monitoreo de: consumo de alimentos, ingesta de nutrientes y el estado nutricional; brindar evidencia para la toma de decisiones; generar nuevas hipótesis sobre la relación de la dieta y la enfermedad; y, además habrá de considerarse la vulnerabilidad socio-cultural y la política.

Finalmente, nos preguntamos, cuál es la importancia de esta rama de la epidemiología: el cuidar de la salud de toda la población, realizando promoción de a la salud, haciéndole saber a la población como cuidar su alimentación, los factores que dañan la salud nutricional sea a manera de exceso o como deficiencia; todo esto una vez identificado los factores de una población o un grupo gracias a nuestras investigaciones en el tema vigilándolo directamente.



Bibliografía

- <https://www.sica.int/busqueda/Noticias.aspx?IDItem=35897&IDC=3&IdEnt=115>
- <https://cvnet.cpd.ua.es/Guia-Docente/GuiaDocente/Index?wcodest=&wcodasi=27528&wlengua=es&scaca=>
- [https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4450087/#:~:text=Al%20final%20del%20siglo%20XVII,de%20John%20Snow%20\(12\).](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4450087/#:~:text=Al%20final%20del%20siglo%20XVII,de%20John%20Snow%20(12).)
- <https://nutrienergyoficial.com/diccionario-de-terminos-de-nutricion-y-deporte-glosario/>