

**Tema: epidemiologia nutricional**

**Nombre Gerardo Pérez Ruiz**

**Grupo: A**

**Grado: 2**

**Materia: epidemiologia**

**Docente: Cecilio Culebro Castellanos**

Comitán de Domínguez Chiapas a 26 de abril de 2022

## Introducción

Uno de los principales problemas y objetivos de la salud pública en los países desarrollados es prevenir y combatir el desarrollo de las enfermedades crónicas más prevalentes enfermedad cardiovascular, obesidad, diabetes, hipertensión arterial, algunos tipos de cáncer, osteoporosis, consecuencia, en gran parte, del consumo excesivo o desequilibrado de algunos alimentos y nutrientes. Se estima que aproximadamente un tercio de los factores implicados en las enfermedades crónico-degenerativas están relacionados con los componentes de la dieta. La dieta puede contribuir a demorar o prevenir la aparición de un buen número de enfermedades y la adecuación de los hábitos alimentarios hacia modelos más saludables es uno de los elementos más importantes en las estrategias de promoción de la salud. Esta asignatura pretende revisar la importancia de la dieta en su conjunto y de otros aspectos del estilo de vida en la prevención de las enfermedades crónicas más prevalentes en los países desarrollados. Se analizarán las técnicas de valoración de la ingesta dietética y del estado nutrición.

## Epidemiología

Ofrecer una visión global de la epidemiología y de su aplicación al campo de la Nutrición. Conocer, analizar y evaluar la relación entre el modelo dietético, los componentes de la dieta alimentos, energía, nutrientes, y otros componentes no nutritivos y otros aspectos del estilo de vida actividad física con la prevención, mantenimiento y promoción de la salud o con la incidencia y prevalencia de las enfermedades relacionadas con la nutrición (enfermedad cardiovascular, hipertensión arterial, osteoporosis, cáncer, obesidad, desórdenes alimentarios, anemia, diabetes. Conocer y saber interpretar los diseños epidemiológicos y su aplicación en el estudio de la relación dieta-salud-enfermedad. Proporcionar la información necesaria para formular y desarrollar recomendaciones dietéticas y estrategias nutricionales para mantener la salud o disminuir el riesgo de la población en general, con atención especial en grupos vulnerables. Utilizar y juzgar con actitud crítica las bases de datos nutricionales y epidemiológicos, incidiendo en la lectura crítica de documentos científicos. Desarrollar la actividad investigadora, planteando hipótesis de trabajo, metodología, recogida e interpretación de información, según el método científico. 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. Los estudios descriptivos

permiten describir el estado nutricional, así como los problemas de salud relacionados con la dieta, desde que aportan información sobre la distribución de los hábitos de vida, consumo alimentario, actividad física y variables sociodemográficas de los grupos poblaciones y en áreas geográficas específicas. Por otro lado, los estudios analíticos permiten conocer la asociación entre diferentes factores de exposición de la dieta y el desarrollo de enfermedades. Para ello, se requiere la aplicación de técnicas estadísticas adecuadas. 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. Su finalidad es aportar información que sirva de apoyo a la toma de decisiones en los distintos ámbitos relacionados con la salud como en las políticas de nutrición, en la planificación sanitaria e intervenciones en Nutrición Pública.

### Conceptos-objetivos-antecedentes

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

## Conclusión

La epidemiología aplicada a la nutrición tiene un ámbito muy amplio y abarca aspectos tan diversos como la descripción de enfermedades carenciales, el estudio de la relación entre los niveles de consumo de determinados alimentos y diferentes patologías, la investigación de tóxicos alimentarios, encargado de la población en un buen alimento y prevenir las enfermedades metabólicas

## Bibliografía

FACULTAD DE FARMACIA UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID