



Universidad del sureste
Campus Comitán
Licenciatura en Medicina Humana

**Ensayo “Epidemiología de la
nutrición”**

Esthephany Michelle Rodríguez López

Segundo semestre “B”

Epidemiología

Dr. Cecilio Culebro Castellanos

Comitán de Domínguez Chiapas a 14 de abril del 2022



EPIDEMIOLOGÍA DE LA NUTRICIÓN

Para comenzar es importante definir que la salud pública es la habilidad y la ciencia de prevenir la enfermedad, extender la vida y promover la salud a través de los esfuerzos organizados de la sociedad, y como consiguiente la nutrición es la ciencia que estudia la forma en que el organismo utiliza la energía de los alimentos para mantenerse y crecer, mediante el análisis de los procesos por los cuales ingiere, digiere, absorbe, transporta, utiliza y extrae los nutrientes esenciales para la vida, y su interacción con la salud y la enfermedad. Al mismo tiempo, la nutrición en salud pública es la ciencia que estudia la relación entre dieta y salud y analiza las bases para el diseño, ejecución y evaluación de intervenciones nutricionales a nivel comunitario y poblacional con el objeto de mejorar el estado de salud de las poblaciones, como bien sabemos la epidemiología nutricional es muy útil para establecer la seguridad científica de los problemas vinculados con la dieta y la nutrición a resolver en salud pública. Su objetivo es proporcionar información que sea 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.

La epidemiología nutricional comenzó con el estudio de enfermedades carenciales como el escorbuto la cual se identifica como la falta de vitamina C en la alimentación, 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 epidemiología nutricional ha sido de gran ayuda en el área de la salud, y es importante saber que probablemente debido a la dificultad de medir la dieta como un factor de exposición. Al ser muy complicado reside en que la exposición a los nutrientes es constante, con una amplia jerarquía en la variación de la dieta intraindividual y variaciones interindividuales. Los cambios que surgen en la dieta son difíciles de situar en el tiempo y a veces se producen de forma progresiva. Además, los pacientes no tienen el conocimiento de los nutrientes que consumen y la mayoría de las veces no son conscientes de las cantidades de los alimentos utilizadas en lo que consumen a diario. Los tratamientos de evaluación dietética son el fundamento de estos estudios y han sido una gran competencia para la epidemiología nutricional.

La nutrición comunitaria es el grupo de intervenciones nutricionales relacionadas a la salud pública que se aplican en el contexto social y geográfico de una comunidad, al objeto de favorecer y mejorar su estado nutricional, con un objetivo participativo y cinco componentes complementarios: A) La elaboración de una política alimentaria y nutricional, establecimiento de entornos favorables,

formación de las habilidades individuales, potenciación de la acción comunitaria y reorientación de los servicios de nutrición, alimentación y restauración

ANTECEDENTES



La pandemia de obesidad, una enfermedad estrechamente relacionada con la nutrición es uno de ejemplos paradigmáticos del carácter multidisciplinar e intersectorial de la salud pública. Hace décadas, la obesidad era considerada una enfermedad endocrina, de tipo glandular, dentro del dominio biomédico del especialista en endocrinología. Después se pasó a considerar algunos factores personales de riesgo, como los hábitos alimentarios y de actividad física, entrando en el dominio de la medicina preventiva, que concentra sus esfuerzos en los factores biomédicos individuales, como la ingesta de calorías o el sedentarismo, y del entorno familiar. La salud pública va más allá, considerando factores ambientales, sociales y culturales que afectan a las preferencias alimentarias y los hábitos de vida, como los sistemas de producción de alimentos y fijación del precio de estos, el uso de subsidios y tasas, la publicidad alimentaria, el nivel socioeconómico de las familias, el diseño urbanístico o los sistemas de transporte urbano, entre otros muchos. El abordaje de elementos tan variados requiere del concurso de especialistas en múltiples disciplinas: profesionales sanitarios, abogados, economistas, periodistas, urbanistas, sociólogos, etc. Aunque ningún individuo puede ser experto en todas las especialidades relacionadas con la salud pública, el profesional bien formado debe conocer el rol de cada una de esas disciplinas en la formulación de una intervención de salud pública, estar familiarizado con el lenguaje y los postulados básicos de dichas disciplinas, y haber practicado la implementación de intervenciones a cargo de equipos multidisciplinarios.

INTERVENCIÓN NUTRICIONAL EN SALUD PUBLICA



La epidemiología nutricional, a través el estudio de las relaciones causales entre los diferentes componentes de la dieta y los estados de salud-enfermedad, genera los conocimientos científicos que sirven de fundamento para la elaboración de recomendaciones dietéticas, objetivos nutricionales y guías alimentarias. Sin embargo, la mayoría de las veces los hábitos dietéticos de la población se alejan mucho de las recomendaciones de los expertos en nutrición. Esto es así, en buena medida, porque vivimos en un entorno de superabundancia, con una amplia disponibilidad de productos alimentarios ultra procesados a bajo precio, junto con estrategias de marketing



intensivas para promocionar su consumo. Y como consecuencia de la progresiva occidentalización de nuestra dieta, junto con otros factores de riesgo (sedentarismo, tabaquismo), nos desafiamos a una epidemia de obesidad. Para contender esta situación es imprescindible poner en marcha intervenciones nutricionales a nivel comunitario. Y para que estas intervenciones sean efectivas, se requieren una serie de condiciones. En primer lugar, es necesario conocer las características sociodemográficas de los grupos de población o comunidades a las que van dirigidas las intervenciones y sus hábitos dietéticos. En segundo lugar, se deben analizar las claves que han condicionado la adquisición y mantenimiento de los patrones alimentarios y las barreras (físicas, sociales, culturales y económicas) a las que se tiene que enfrentar cada comunidad para la modificación de estos. Y en tercer lugar, hay que tener en cuenta los intereses y preferencias de la población y hacerla participe en el diseño y la implementación de la intervención

Referencias

Bordonada, M. Á. (2017). *Escuela Nacional de Sanidad*. Recuperado el 13 de Abril de 2022, de <http://gesdoc.isciii.es/gesdoccontroller?action=download&id=11/01/2018-5fc6605fd4>