



**Universidad del sureste**  
**Campus Comitán**  
**Licenciatura en Medicina Humana**

**Tema: Ensayo**

(Introducción a la epidemiología nutricional, conceptos, objetivos y antecedentes)

**Nombre del alumno: Nicole Yuliveth  
García Guzmán**

**Grupo: "B"**

**Grado: Segundo semestre**

**Materia: Epidemiología**

**Nombre del profesor: Cecilio Culebro  
Castellanos**

Comitán de Domínguez Chiapas a 26 de abril del 2022

## INTRODUCCIÓN

Es de suma importancia tomar en cuenta y saber el significado de la epidemiología, pues como lo hemos abordado en estas primeras unidades la logramos definir como un tipo de estudio el cual está enfocado y centrado en la distribución y los determinantes de las condiciones de salud y enfermedad en una población, enfocándonos en su definición esta fue dada por John Snow en 1854, claro que con el paso de los años dicha definición fue modificándose y sufriendo ciertos cambios aunque se podría llegar a una conclusión en la que se expresa que esta definición es la más acertada.

El campo de la epidemiología es muy amplio y este incluye muchas áreas diferentes, enfocándonos en el tema central que es la epidemiología de la nutrición se dice que es el estudio de las relaciones entre la dieta y la salud, en las cuales se ve involucradas las asociaciones entre la ingesta de alimentos y las enfermedades crónicas, como ejemplo tenemos a las cardiopatías, la diabetes, la obesidad y el cáncer.

Como se tiene entendido la alimentación es uno de los principales determinantes de la salud de las poblaciones, por un lado tenemos como un tipo de “división” en la cual se encuentra una ingesta de alimentos adecuada que aporta los nutrientes esenciales, en la que se incluyen minerales, vitaminas, lípidos y aminoácidos, por el otro lado tenemos a la ingesta deficiente la cual da lugar a las características de ciertos cuadros clínicos de enfermedades carenciales, como lo es el escorbuto por deficiencia de vitamina C, el raquitismo por deficiencia de la vitamina D.

El enfoque de la perspectiva nutricional en el estudio de la relación entre dieta y salud ha permitido diversos “datos” uno de los más importantes es la identificación y caracterización de la mayoría de los nutrientes esenciales, por lo que resulta importante retomar a la epidemiología nutricional la cual juega un papel importante en la dieta, en el desarrollo y la prevención de enfermedades crónicas.

Abarcando el tema de la epidemiología nutricional es importante disponer de instrumentos sobre la medición de la ingesta alimentaria que permitan cuantificar de manera adecuada las variaciones existentes y de esa forma se lograría evitar que se presente o produzca un error dado en la estimulación de los efectos. Los instrumentos son identificados como cuestionarios alimentarios los cuales proporcionan información sobre el consumo de los alimentos, en él se incluyen

datos como la cantidad de consumo, con qué frecuencia, entre otros, aunque no solo se enfoca en los alimentos sino que también abarca las bebidas, es decir el consumo de bebidas, ya sea desde las alcohólicas hasta las bebidas consideradas normales como sería el agua, pues al hablar sobre las dietas las bebidas juegan un papel importante, pues como sabemos en la mayoría de comunidades e incluso en ciertos estados, resulta demasiado común el consumo de los refrescos, y como se tiene informado son bebidas azucaradas, las cuales al ser consumidas con demasiada frecuencia pueden desencadenar un sinfín de enfermedades y al no ser tratadas por ende estas se complicarían cada vez más.

## CONCLUSIÓN

La epidemiología es un estudio bastante complejo, ya que al abarcar datos como la distribución y la frecuencia resulta interesante la forma en la que se le relaciona con la nutrición y de esa manera se genera un buen control entorno a la salud de los individuos y como es que se genera un cuestionario ejemplificado para la aplicación estos mismo con el fin de lograr una mejor en el ámbito de las dietas y la disminución de enfermedades crónicas e incluso se podría usar para tratar enfermedades genéticas y con eso se usaría a la dieta como un tipo de tratamiento/ alternativa para la conservación del estado de salud.

## BIBLIOGRAFIA

BRUZOS, C. A. L. V. O. (s. f.). *Nutrición, salud y alimentos funcionales* (Vol. 1). Recuperado de:

[https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=hfQMXBliydgC&oi=fnd&pg=PA187&dq=epidemiolog%C3%](https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=hfQMXBliydgC&oi=fnd&pg=PA187&dq=epidemiolog%C3%ADa+nutricional&ots=_Y47tyKIYD&sig=gnPQ4Gqnp7lhMYJRYjNMewu1Duw#v=onepage&q=epidemiolog%C3%ADa%20nutricional&f=false)

[ADa+nutricional&ots=\\_Y47tyKIYD&sig=gnPQ4Gqnp7lhMYJRYjNMewu1Duw#v=onepage&q=epidemiolog%C3](https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=hfQMXBliydgC&oi=fnd&pg=PA187&dq=epidemiolog%C3%ADa+nutricional&ots=_Y47tyKIYD&sig=gnPQ4Gqnp7lhMYJRYjNMewu1Duw#v=onepage&q=epidemiolog%C3%ADa%20nutricional&f=false)

[%ADa%20nutricional&f=false](https://books.google.com.mx/books?hl=es&lr=&id=hfQMXBliydgC&oi=fnd&pg=PA187&dq=epidemiolog%C3%ADa+nutricional&ots=_Y47tyKIYD&sig=gnPQ4Gqnp7lhMYJRYjNMewu1Duw#v=onepage&q=epidemiolog%C3%ADa%20nutricional&f=false)