



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**CAMPUS COMITÁN**

**LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA**

**TEMA: ENSAYO EPIDEMIOLOGÍA DE LA  
NUTRICIÓN**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**ALUMNO: MARTÍN MAR CALDERÓN**

**Grado: 2°**

**Grupo: "C"**

Comitán de Domínguez, Chiapas a 26 de  
abril de 2022.

## ÍNDICE

INTRODUCCIÓN .....	3
CONCEPTOS.....	4
ANTECEDENTES .....	5
OBJETIVOS .....	7
CONCLUSIÓN .....	8
BIBLIOGRAFÍAS .....	9

# INTRODUCCIÓN

La epidemiología nutricional es el estudio de los determinantes relacionados a la nutrición en la salud de la población, cuyo 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.

La salud pública es el arte y la ciencia de prevenir la enfermedad, prolongar la vida y promover la salud a través de los esfuerzos organizados de la sociedad. 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.

La nutrición comunitaria es el conjunto de intervenciones nutricionales vinculadas a la salud pública que se aplican en el contexto social y geográfico de una comunidad, al objeto de potenciar y mejorar su estado nutricional, con un enfoque participativo y cinco componentes complementarios: elaboración de una política alimentaria y nutricional, creación de entornos favorables, capacitación de las habilidades individuales, potenciación de la acción comunitaria y reorientación de los servicios de nutrición, alimentación y restauración.

La epidemiología 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 los mismos, el uso de subsidios y tasas, la publicidad alimentaria, el nivel socioeconómico de las familias, el diseño urbanístico (cantidad de espacios verdes, parques, carriles bici) 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.

## CONCEPTOS

En los estudios de epidemiología nutricional uno de los principales problemas es conocer la ingestión de alimentos y sus componentes de manera válida y precisa. Para ayudar en este proceso se ha planteado repetidas veces la necesidad de contar con buenos biomarcadores, que de manera más objetiva nos permitan conocer de manera más estandarizada, válida y precisa la dieta consumida.

Existen varias definiciones de biomarcador y también distintas clasificaciones de los mismos. En general un biomarcador es una característica que puede medir objetivamente en distintas muestras biológicas y que puede evaluarse como indicador de exposiciones, de procesos biológicos normales o patogénicos o de respuestas a una intervención determinada. Las muestras biológicas más utilizadas en epidemiología nutricional son sangre total, eritrocitos, plasma, suero, orina, uñas, saliva, heces y muestras de distintos tejidos.

En estas muestras se pueden determinar biomarcadores de exposición (ingesta dietética), biomarcadores de efectos y biomarcadores de estado de enfermedad. A su vez los biomarcadores de exposición pueden categorizarse temporalmente en biomarcadores de efectos agudos, a medio plazo y crónicos. Existen muchas dificultades en la identificación de buenos biomarcadores. Actualmente los avances en las nuevas ómicas están abriendo nuevas posibilidades para la obtención de nuevos biomarcadores de distintos tipos utilizando genómica, epigenómica, transcriptómica, lipidómica, proteómica y metabólica. Revisaremos el estado actual de los biomarcadores en epidemiología nutricional, así como las tendencias futuras de los nuevos biomarcadores ómicos.

## ANTECEDENTES

En 1974 la Conferencia Mundial de la Alimentación dictó por primera vez, una resolución que hizo un llamado a la FAO, a la OMS y la UNICEF para el establecimiento de la vigilancia alimentaria y nutricional como la única forma de desarrollar los sistemas de información relacionados con la nutrición cuyo objetivo fundamental es la selección: y la aplicación de políticas y programas efectivos. Desde entonces se proponen muchas definiciones de vigilancia alimentaria y nutricional. En todas queda establecido que vigilancia alimentaria y nutricional es “estar atento (observar) a la nutrición para tomar decisiones que conduzcan al mejoramiento del estado nutricional de una población”. Esa definición tan amplia significa en la práctica:

1. El monitoreo de la disponibilidad y el suministro de alimentos a lo largo de la cadena alimentaria para eliminar los obstáculos que se encuentren.
2. El monitoreo del estado de nutrición de los grupos en riesgo para determinar dónde y cuándo existen problemas de nutrición y detectar quiénes son los grupos más afectados con el objetivo de hacer algo. En otras palabras, vigilancia alimentaria y nutricional es decidir por adelantado.

Son ampliamente conocidas las limitaciones de los cuestionarios para medir la dieta consumida con suficiente validez y precisión. Aunque se intente mejorar la validez de dichos instrumentos utilizando registros de dieta o varios recordatorios de 24 horas, en lugar de los menos precisos cuestionarios semicuantitativos de consumo de alimentos, siempre existen errores aleatorios y sistemáticos que hacen que las medidas autorreportadas de la dieta se alejen de la realidad.

Es más, estos errores en la medida de los alimentos consumidos, se extienden a los nutrientes y otros componentes de los alimentos derivados de la ingesta consumida, no sólo porque la ingesta no se haya anotado con validez y precisión, sino porque existen otros factores como la variabilidad en la composición del

alimento consumido, etc. Que también contribuyen a que los nutrientes y componentes de los alimentos derivados de manera teórica a través de tablas de composición de alimentos, no se ajusten fielmente a la realidad consumida.

Medir bien estas ingestas es muy importante, porque en la mayoría de las ocasiones, los estudios nutricionales no solamente van a tener como objetivo el conocer el consumo de alimentos en una población determinada, sino que el siguiente paso será estudiar las asociaciones entre el consumo de alimentos y un determinado problema de salud.

Así, está ampliamente demostrado que, la determinación correcta de la exposición a la dieta es crucial en la investigación de la relación entre dieta y enfermedad. Por ello es necesario disponer de otras medidas alternativas para conocer el consumo de alimentos y los nutrientes (y componentes no nutritivos de los alimentos) aportados por los mismos con mayor validez y precisión que el obtenido a través de las medidas auto-referidas a través de cuestionarios. Los biomarcadores nutricionales son importantes para la investigación futura entre dieta y salud, ya que pueden aportar una medida más objetiva de la dieta consumida. Sin embargo, la definición de biomarcador no es sencilla y existen múltiples definiciones de los mismos en función de la aplicación de estos biomarcadores.

Actualmente, el estudio de los biomarcadores nutricionales, ya sean bioquímicos, funcionales o índices clínicos de la ingesta de nutrientes o de su metabolismo, está revolucionando nuestro conocimiento del papel de los nutrientes y componentes de los alimentos no nutritivos en la salud y en la enfermedad.

Aunque existe un enorme interés en la utilización y en el desarrollo de nuevos biomarcadores, la situación actual es que todavía no disponemos de buenos biomarcadores para la mayoría de los aspectos relevantes mencionados anteriormente. Tanto es así que desde distintos organismos de investigación públicos y privados se está poniendo de manifiesto la necesidad de profundizar en la investigación de nuevos biomarcadores nutricionales y se están potenciando investigaciones en esta línea.

## OBJETIVOS

El objetivo de un sistema de vigilancia alimentaria es promover y fortalecer el desarrollo del país, sobre bases científicas, políticas y programas de intervención de los diferentes sectores gubernamentales y no gubernamentales. De esta forma, como sistema, la vigilancia alimentaria y nutricional tiene que considerar las relaciones entre las fuentes de información actuales y las potenciales que son (o pueden ser) responsables de la recolección de los datos y además las relaciones con las personas, instituciones, departamentos, sectores que tienen el poder de decidir acciones.

1. Conocer la disponibilidad de alimentos de la población.
2. Conocer el grado de contaminación química y biológica de los alimentos.
3. Conocer la morbilidad y mortalidad de enfermedades transmitidas por alimentos y sus posibles agentes etiológicos, así como los factores que propician su aparición.
4. Evaluar la dieta que se ofrece en los comedores de alimentación social.
5. Identificar y cuantificar de manera continua los principales problemas de la nutrición de la mujer embarazada y el niño.
6. Proponer medidas oportunas para la solución de los problemas detectados.

## CONCLUSIÓN

La vigilancia se considera esencial para la prevención y el control efectivo de las enfermedades por medio de la recolección, análisis, interpretación y distribución de los datos relevantes que son principalmente ofrecidos por los sistemas de información en salud. El estado nutricional de las poblaciones es resultado de una amplia gama de condiciones sociales y económicas. Por esto que cualquier sistema de información relacionado con el estado nutricional debe proveer el mecanismo requerido para asegurar las acciones coordinadas de muchos sectores entre los que se encuentran: salud, alimentación, agricultura, seguridad social, educación, etc.

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.



## BIBLIOGRAFÍAS

PRESANCA, Epidemiología nutricional. *Sistema de la Integración Centroamericana Sica*. Available at: <https://www.sica.int/busqueda/Noticias.aspx?IDItem=35897> [Accessed April 21, 2022].

Rastrollo, M.B., Nutrición en Salud Pública - ISCIII. *Nutrición en Salud Pública*. Available at: <http://gesdoc.isciii.es/gesdoccontroller?action=download&id=11/01/2018-5fc6605fd4> [Accessed April 22, 2022].

Alicante, U.de, Epidemiología Nutricional. *Epidemiología nutricional*. Available at: <https://cvnet.cpd.ua.es/Guia-Docente/GuiaDocente/Index?wcodest=&wcodasi=27528&wlengua=es&scaca=> [Accessed April 21, 2022].

Anon, Vigilancia Alimentaria. *EcuRed*. Available at: [https://www.ecured.cu/Vigilancia\\_alimentaria](https://www.ecured.cu/Vigilancia_alimentaria) [Accessed April 21, 2022].