

UNIVERSIDAD DEL SURESTE  
CAMPUS COMITÁN

LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

ENTREGA FINAL DE ENSAYO SOBRE LA  
EPIDEMIOLOGÍA NUTRICIONAL

EPIDEMIOLOGÍA I

ADRIANA GUADALUPE CANCINO RAMOS

GRADO: 2 GRUPO: C

CECILIO CULEBRO CASTELLANOS

# Índice

<i>Introducción</i> .....	3
<i>Definición de epidemiología nutricional</i> .....	3
<i>Conceptos generales</i> .....	3
<i>Demografía y la epidemiología</i> .....	4-6
<i>Nutrición comunitaria</i> .....	6
<i>Conclusión</i> .....	6-7
<i>Referencias Bibliográficas</i> .....	7



# Epidemiología Nutricional

Epidemiología nutricional estudia la relación entre la dieta y la salud de un determinado grupo de población.

## Conceptos generales:

Conceptos básicos:

- Epidemiología: Se encarga de hacer el estudio de la historia natural de la enfermedad desde sus estadios precursores pasando por sus manifestaciones y desenlace clínico.
- Nutrición: 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.

- Fuentes demográficas:

La disponibilidad de información estadística fiable y adecuada es una condición necesaria para el análisis, las fuentes demográficas permiten un complejo estudio de la población, de su evolución y del comportamiento de las variables sociodemográficas.

- Censo de población:

Principal fuente de información demográfica. Tiene carácter institucional y su única finalidad es el conocimiento del estado de la población, esto es, su tamaño, distribución y características. Estos censos de población son recuentos individuales, universales y periódicos (normalmente de cada 10 años) que se deben realizar de forma simultánea. Informan sobre las principales características demográficas (Edad, sexo, estado civil, lugar de nacimiento y de residencia) y socioeconómicas (nivel de estudios, tipos de actividad, tipos de ocupación, etc.) de los individuos, así como de los hogares y las familias en relación con su composición y tamaño.

Estos indicadores nos ayudaran tanto a la nutrición en salud pública (public health nutrition) que es la ciencia que estudia la relación entre dieta y salud y sienta 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. Y a la epidemiología nutricional que es la ciencia que estudia la relación entre la dieta y la salud desde una perspectiva poblacional, es decir, la proporción de individuos que presentan un determinado trastorno (prevalencia) y la frecuencia de aparición de nuevos casos (incidencia).

Para fundamentar la necesidad de una epidemiología de la alimentación es inevitable tomar en cuenta el conjunto del proceso de reproducción social, el sistema alimentario, así como también sus expresiones en los distintos modos de vida. Este análisis nutricional de la dieta y el estudio de los hábitos alimentarios, otros fenómenos relacionados con la salud, como los factores físicos, biológicos, sociales o culturales, permiten intervenciones preventivas y de promoción a la salud más efectivas.

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, en consecuencia, en gran parte del consumo excesivo o desequilibrado de algunos alimentos y/o nutrientes. Para esto se dispone de un equipo experto en la elaboración de encuestas sociodemográficas para valorar el estado de las variables de salud en una población y en un momento concreto por monitorizar la prevalencia y los factores de riesgo de enfermedades asociadas con la alimentación y la nutrición.

- **Demografía y la epidemiología:**

La demografía parte de la información que recoge de sus fuentes para construir indicadores que caractericen las poblaciones y el comportamiento de sus fenómenos demográficos. Sus análisis proporcionan a la epidemiología las herramientas necesarias para conocer las características de las poblaciones o subpoblaciones sobre

las que ha de intervenir tanto en la planificación de programas de salud como en el establecimiento de las políticas públicas, es aquí donde entra la función de la epidemiología que es analizar el estudio de la salud de las poblaciones. Donde descubre el agente, el huésped y los factores ambientales que afectan la salud con el objeto de aportar una base científica para prevenir enfermedades, traumatismos y fomentar la salud.

De un modo esquemático, puede afirmarse que la demografía suministra los datos de población necesarios para las tareas siguientes:

-Elaboración de tasas y otros indicadores sanitarios. Los números absolutos no miden la intensidad de los fenómenos de salud (morbilidad, mortalidad, estado inmunitario de la población, etc), por lo que necesariamente deben utilizarse valores (tasas, proporciones, etc) que relacionen a la población afectada con la expuesta. Del mismo modo, indicadores de recursos sanitarios, como el número de camas hospitalarias, de personal sanitario y otros, se expresan como valores relativos referidos a la población atendida.

-Estudios epidemiológicos.

-Planificación y programación. Para planificar y programar las actividades de salud pública también se requiere, obviamente, el conocimiento preciso del volumen y la estructura de la población cuya cobertura se pretende e, incluso, se hace necesario estimar o prever su evolución en un tiempo determinado.

Las variables de ingesta de nutrientes son variables continuas. Además, las variables de consumo de alimentos se recogen como frecuencias de ingesta (1, 2, 3,..) y por tanto también se consideran variables continuas. Sin embargo, existen varias razones por las que es útil usar estas variables como categóricas, utilizando, por ejemplo, quintiles de consumo. Primero, se evita la asunción de relación lineal entre la exposición y la enfermedad. Además, permite calcular medidas de asociación para cada una de las categorías de exposición y, si las categorías son estándar, permite una mayor comparabilidad entre estudios. Finalmente, su uso disminuye el error introducido por los valores fuera de rango. También existen desventajas, la fundamental es que el poder estadístico de los modelos disminuye y

que el ajuste por variables categóricas no es tan bueno como cuando la variable es continua.

La pandemia de obesidad es una enfermedad estrechamente relacionada con la nutrición que no es solo un problema estético sino también un problema médico que aumenta el riesgo de enfermedades y problemas de salud, como enfermedades cardíacas, diabetes, presión arterial alta y algunos tipos de cáncer. La dieta es un determinante fundamental del estado de salud de los individuos, es por ello que los nutrientes esenciales incluyen minerales, vitaminas, lípidos y aminoácidos, cuya ingesta deficiente da lugar a los cuadros clínicos característicos de las enfermedades carenciales, como el beriberi por deficiencia de tiamina (vitamina B1) o el raquitismo por deficiencia de vitamina D.

- **Nutrición comunitaria**

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.

Funciones propias de la nutrición comunitaria:

– Identificar y evaluar los problemas nutricionales de los grupos poblacionales, especialmente los de riesgo, mediante el diseño, ejecución e interpretación de estudios que conduzcan a este fin.

- **Conclusión:**

La nutrición refiere a los nutrientes que componen los alimentos, implicando los procesos que suceden en el cuerpo después de comer, es decir la obtención, asimilación y digestión de los nutrimentos por el organismo, la importancia de esta radica que la epidemiología



nutricional es el conjunto de actividades vinculadas a la alimentación y la salud que, en el marco de la nutrición aplicada, se desarrollan a nivel población al con una perspectiva comunitaria y con el objetivo de mejorar los hábitos alimentarios y el estado nutricional de las poblaciones.

### Referencias Bibliográficas:

- Elaboración de estudios de epidemiología nutricional. (2020, marzo 27). Fundación Universitat-Empresa de Les Illes Balears MP. <https://fueib.org/es/investigadors/65/otri/catalogo/2/356/servicio/elaboracion-de-estudios-de-epidemiologia-nutricional>
- De, F., Universidad, F., & De Madrid, C. (n.d.). Ficha Docente: EPIDEMIOLOGÍA NUTRICIONAL CURSO 2021-22 GRADO EN FARMACIA. <http://147.96.70.122/Web/Programa/803554.pdf>

