

CAMPUS COMITAN

LICENCIATURA EN MEDICINA HUMANA

TEMA:

EPIDEMIOLOGIA DE LA NUTRICIÓN

NOMBRE DEL ALUMNO:

RODRIGUEZ PÉREZ JONATHAN

NOMBRE DEL PROFESOR:

CECILIO CULEBRO CASTELLANOS

MATERIA:

EPIDEMIOLOGÍA

GRADO: 1 GRUPO: C

## 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 epidemiología nutricional comenzó con el estudio de enfermedades carenciales como el escorbuto 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. 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 poblacionales 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.

## Desarrollo

A). Es una de los campos más fascinantes y de utilidad para el profesional dietista-nutricionista porque permite conocer cómo los aspectos dietéticos pueden influir sobre las enfermedades humanas. Además, estudia los factores (socioeconómicos, culturales, agronómicos) implicados en la alimentación, la evaluación de intervenciones nutricionales y la investigación de tóxicos en los alimentos. La metodología y la interpretación de los resultados en esta rama de la epidemiología se nutre del saber de otras disciplinas: nutrición clínica, bioquímica, fisiología, biología y toxicología. 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.

B). Los objetivos de epidemiología en la nutrición son:

- ▶ 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 o nutrientes.

- ▶ Valorar el estado nutricional de la población e identificar los grupos de riesgo y los principales factores nutricionales relacionados con el estado de salud/enfermedad.
- ▶ Plantear, planificar, desarrollar, evaluar e interpretar la investigación epidemiológica relacionada con la alimentación y los programas de intervención nutricional.
- ▶ Conocer los diseños epidemiológicos e intervenciones nutricionales nacionales e internacionales de referencia.
- ▶ Mantener el nivel científico necesario sobre el que el o la profesional pueda tomar sus decisiones.

Antecedentes de la epidemiología nutricional:

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 futuro entre dieta y salud, ya que pueden aportar una medida más objetiva de la dieta consumida

El papel de los antecedentes nutricionales en la salud y la enfermedad ha evolucionado desde los marcadores de deficiencia en una enfermedad específica, a una multitud de afecciones crónicas que abarcan las endocrinas, cardiovasculares, respiratorias, digestivas y el sistema inmunológico y nervioso, entre otros. Pero los antecedentes también se pueden clasificar también en función de su temporalidad. Así, los biomarcadores se pueden clasificar en de corto plazo (reflejando la ingesta en el pasado de horas o días), de término medio (reflejando la ingesta de semanas o meses) y de largo plazo reflejando de ingesta de meses o años

## Conclusión

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.

El avance en el conocimiento de las ciencias ómicas ha abierto un nuevo campo hacia la nutrición personalizada o de precisión y hacia la adaptación de las recomendaciones alimentarias y nutricionales a las peculiaridades individuales. Este enfoque plantea ventajas muy interesantes, pero también algunos retos importantes y limitaciones. Es necesario poder afrontar grandes estudios epidemiológicos y realizar análisis conjuntos integrando todas las ómicas en el marco de la epidemiología nutricional.

## Bibliografía:

- <https://alejandria.um.es/cgi-bin/abnetcl?ACC=DOSEARCH&xsqf99=475143.titn>.