

# UDS



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Campus Comitán

PASIÓN POR EDUCAR


Licenciatura de Medicina Humana

Tema: Epidemiología de la nutrición

Alumno: Sinaí López Nájera

Semestre: 2° Grupo: C

 UDS Mi Universidad

 @UDS\_universidad

[www.uds.mx](http://www.uds.mx)

Mi Universidad

Tel. 01 800 837 86 68

## **Introducción:**

La salud es un importante valor humano, pero también para el desarrollo social y económico. En la declaración de Ottawa para la promoción de la salud (1986) se hace hincapié en que la salud es una responsabilidad personal.

Por otro lado, podemos exigir una responsabilidad pública ya que la Administración debe hacer que la elección más saludable sea lo más fácil posible.

Dentro del estilo de vida tenemos la alimentación y nutrición tanto por exceso como por defecto y la actividad física, alcohol, tabaco, etc.

La epidemiología nutricional 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.

## DESARROLLO:

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. 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.

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.

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, etc.), consecuencia, en gran parte, del consumo excesivo o desequilibrado de algunos alimentos y/o nutrientes.

La epidemiología aplicada a la nutrición tiene un ámbito muy amplio y abarca aspectos tan diversos como la descripción de enfermedades carenciales, el estudio de la relación entre los niveles de consumo de determinados alimentos y diferentes patologías, la investigación de tóxicos alimentarios.

Estudio de las relaciones dieta-enfermedad.

Fuentes de datos y medición de los problemas de salud relacionados con la alimentación. Métodos de evaluación nutricional: poblacionales e individuales. Objetivos nutricionales y guías dietéticas.

Los estudiantes adquieran los conocimientos necesarios para:

- ✚ 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 él o la profesional pueda tomar sus decisiones.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Ψ Ofrecer una visión global de la epidemiología y de su aplicación al campo de la Nutrición.
- Ψ Conocer, analizar y evaluar la relación entre el modelo dietético, los componentes de la dieta (alimentos, energía, nutrientes, y otros componentes no nutritivos) y otros aspectos del estilo de vida (actividad física...) con la prevención, mantenimiento y promoción de la salud y/o con la incidencia y prevalencia de las enfermedades relacionadas con la nutrición (enfermedad cardiovascular, hipertensión arterial, osteoporosis, cáncer, obesidad, desórdenes alimentarios, anemia, diabetes, etc.).

## **Antecedentes:**

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 semi cuantitativos de consumo de alimentos, siempre existen errores aleatorios y sistemáticos que hacen que las medidas autorreportadas de la dieta. 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.

## **CONCLUSIÓN:**

La alimentación saludable no se limita solo al alimento sino que además el alimento está referido también a cuánto, cómo y con qué frecuencia se consumen los alimentos y debe estar en relación a las necesidades nutricionales y de energía de cada persona.

La dieta puede contribuir a demorar o prevenir la aparición de un buen número de enfermedades y la adecuación de los hábitos alimentarios hacia modelos más saludables es uno de los elementos más importantes en las estrategias de promoción de la salud.