



**Universidad del sureste**  
**Campus Comitán**  
**Licenciatura en medicina humana**



**Tema:** Ensayo de la epidemiología de la nutrición.

**Alumna:** Hernández Abarca Regina.

**Grupo:** C

**Grado:** 2

**Materia:** Epidemiología

**Docente:** Culebro Castellanos Cecilio.

Comitán de Domínguez Chiapas a 26 de abril del 2022.

## **Introducción**

La epidemiología nutricional es de suma importancia porque permite conocer lo que comemos y la calidad de la dieta a nivel poblacional así mismo permite conocer sí 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.

## **Antecedentes de la nutrición epidemiológica**

Los primeros estudios sobre el estado de nutrición y el consumo de alimentos en países en desarrollo se llevaron a cabo antes de la Segunda Guerra Mundial. Sin embargo, las primeras encuestas extensas y amplias sobre nutrición no se realizaron hasta los años 50 y 60, cuando se efectuaron numerosos estudios sobre los problemas de la nutrición en países en desarrollo. A finales de los años 60, no obstante, se fueron constatando progresivamente las graves limitaciones e inconvenientes de estas extensas encuestas.

En primer lugar, eran caras, consumían mucho tiempo y tendían a desviar el tiempo y la energía del personal calificado para hallar verdaderas soluciones a los problemas planteados generalmente, los resultados se conocían con un retraso considerable, a menudo tras años de haberse completado el trabajo de campo, y gran parte de la información recopilada nunca se analizaba de forma exhaustiva. Los patrones eran repetitivos: se mostraba una y otra vez que la malnutrición se asociaba a la pobreza casi en todas partes se hallaban las mismas causas principales del problema, pero los mecanismos que originaban la malnutrición estaban por aclarar básicamente, esas encuestas no resultaron útiles ni para tomar acciones correctoras o preventivas, ni para realizar proyectos.

Durante las décadas de los años 60 y 70 se llevaron a cabo en la Región de las Américas extensas encuestas para determinar el estado nutricional de las poblaciones.

Estas encuestas, muchas de las cuales se realizaron con la colaboración de la OPS, requerían considerables recursos, tanto de personal como de fondos sin embargo, fueron necesarias para establecer la base de conocimientos sobre la situación alimentaria y nutricional de la Región frecuentemente, dada su complejidad y tamaño, los resultados tardaban varios años en ser analizados y publicados, con lo que perdían parte de su vigencia y valor como herramientas para la programación y planificación en alimentación y nutrición.

La evaluación del estado nutricional no debe ser un fin en sí mismo, ni una actividad aislada es parte de un proceso dirigido a mejorar el estado nutricional de los grupos más pobres y vulnerables de la comunidad.

Es, asimismo, la primera etapa en el establecimiento de un sistema de vigilancia alimentaria y nutricional que permita la vigilancia permanente de aquellos factores que intervienen en la cadena alimentaria.

La OPS ha traducido y publicado la presente guía con la convicción de su utilidad, no solamente para los trabajadores de salud, sino para el personal de los diferentes sectores involucrados en la problemática de la alimentación y la nutrición.

## **Epidemiología de la nutrición**

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 y brindar evidencia para la toma de decisiones generando nuevas tendencias sobre la relación de la dieta y la enfermedad haciendo conciencia de las complicaciones además habrá de considerarse la vulnerabilidad socio cultural y la política.

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 propósito 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.

Lo que se debe realizar analizando la situación de nutrición de un lugar determinado llegar a saber qué es lo que más se consume o sus estilos de vida ya que de ahí se varían muchas situaciones de la nutrición ya que por medio de las influencias o modas se llegan a consumir alimentos dañinos para la salud o al igual por sus condiciones económica ya que se les hace más fácil comprar comida rápida , así mismo esto desencadena el sobrepeso y la obesidad , que al tener alguna enfermedad su desarrollo será más grave, o al contraer una enfermedad y padecer sobrepeso y obesidad la complicara más por eso es que es de suma importancia la epidemiología nutricional para hacer consiente a las personas de cómo es que están afectando su salud y darles la información para que se pueda prevenir , y cuáles son las ventajas de tener educación en la alimentación de toda la familia para un mejor crecimiento y desarrollo durante la infancia y la adolescencia , cuya información vaya pasándose de generación en generación y las estadísticas de sobrepeso y obesidad vayan siendo menos.

Las evaluaciones del estado de nutrición se han llevado a cabo en años recientes en una amplia variedad de situaciones y a diferentes niveles (nacional, regional, y en proyectos).

Como o son 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.

Una evaluación, por necesidad, tiene un propósito claro. En este sentido, es bastante diferente de las encuestas o estudios que meramente recopilan datos o que se efectúan como parte de un programa de investigación. Solo está justificada cuando constituye un paso preliminar para una acción futura. Así pues, los objetivos de la evaluación, que pueden ser muy diversos, deben definirse con precisión.

los objetivos podrían ser:

- seleccionar las áreas prioritarias o los grupos de acción
- formular o analizar los objetivos de una política en nutrición (o el componente nutricional de una política de desarrollo o sectorial)
- contribuir a la selección de las actuaciones o los componentes principales del proyecto
- proporcionar las bases para la vigilancia, monitoria y/o evaluación
- informar a los que toman decisiones, a los políticos y a la opinión pública con el fin de motivarlos (esto es, servir para hacerles "abrir los ojos")
- ayudar a decidir si se realiza un informe, y en caso afirmativo, con qué propósito y de qué tipo.

La nutrición en México no es sólo un problema de alimentación, sino de educación los programas de desarrollo social que se han llevado a cabo han dado frutos, sin embargo, aún hay un gran camino que recorrer para acercarnos a la erradicación de los problemas nutricionales que son tan evidentes en México.

Ocupando el primer lugar en obesidad infantil y el segundo lugar en obesidad en adultos a nivel mundial, es de suma importancia que nos demos cuenta de que contar con los recursos para alimentarse es tan sólo la mitad del camino, mientras que aprender a alimentarnos correctamente es la otra parte de esta ardua tarea.

La alta prevalencia de los problemas de desnutrición y obesidad no sólo recae en manos de aquellos que cuentan con la posibilidad de otorgar recursos ni de quienes los consumen, sino de los profesionales en el área de nutrición.

Uno de los mayores problemas con el que tiene que lidiar el sistema nacional de salud es el sobrepeso, ya que no sólo es una de las principales causas de muerte en México, sino que el presupuesto destinado a este problema podría ser usado en prevención y no en medidas paliativas para las personas con enfermedades avanzadas es por estas razones, y muchas más, que la nutrición en México es no sólo importante, sino esencial para la mejora de la sociedad y su sano crecimiento de manera integral e inteligente, especialmente si deseamos vivir en una sociedad que tenga un futuro donde la medicina sea una parte comprensiva de nuestras vidas en calidad preventiva.

## **Conclusión**

La epidemiología nutricional es muy útil para realizar las estadísticas epidemiológicas sobre la población y su condición nutricional ya que el sobrepeso y la obesidad son con lo que nos encontramos día a día , de igual manera se pueden presentar la medidas de prevención es decir la educación hacia la alimentación correcta que se debe de tener.