

# TRATAMIENTO DE LAS VARIABLES

UNA VARIABLE ES CADA UNA DE LAS CARACTERÍSTICAS O CUALIDADES QUE POSEEN LOS INDIVIDUOS DE UNA POBLACIÓN, PUEDE SER CUALITATIVA Y CUANTITATIVA

## CARACTERÍSTICAS INTRÍNSECAS:

- Validez
- Objetividad
- Replicabilidad
- Sensibilidad
- Especificidad

## CARACTERÍSTICAS OPERATIVAS:

- Disponibilidad
- Fiabilidad
- Simplicidad
- Comparabilidad

## MEDIDAS DE EVALUACIÓN ALIMENTARIA

Son muchos los datos que nos pueden ayudar a valorar el estado nutricional, pero fundamentalmente se pueden agrupar en cuatro apartados:

↓  
Determinación de la ingestión de nutrientes

↘  
Determinación de la estructura y composición corporal

↘  
Evaluación bioquímica del estado nutricional

→  
Evaluación clínica del estado nutricional



Las guías alimentarias constituyen una herramienta de gran utilidad para educar y orientar a la población hacia una alimentación más saludable.

### SE DISEÑAN CONSIDERANDO:

- Los hábitos alimentarios predominantes
- La disponibilidad alimentaria
- El nivel de acceso a los alimentos en cada país.

## MEDIDAS ANTROPOMETRICAS

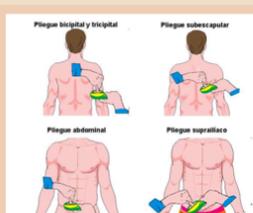


TALLA Y PESO



MASA MUSCULAR

GRASA CORPORAL



La educación es la herramienta más contundente que tenemos, debido a que mediante ella, es posible construir una nueva relación positiva hacia la comida y prevenir los potenciales problemas de salud.