

EPIDEMIOLOGIA

LIMITACIONES Y SESGO EN LA EPIDEMIOLOGIA NUTRICIONAL

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.

Muchos indicadores se definen con base a variables nutricionales para construir indicadores de resultado y estado de salud, mismo que están usualmente en los sistemas de información oficial.

TRATAMIENTO DE LAS VARIABLES

CARACTERISTICAS DE LOS INDICADORES

VALIDEZ: Proporciona una medida real y la más directa posible del fenómeno de estudio

OBJETIVIDAD: No ser influenciado por la persona o por el instrumento que mide los datos

DISPONIBILIDAD: Tener acceso al indicador en forma oportuna

SIMPLICIDAD: De recopilar datos necesarios para obtener el indicador



MEDIDAS DE EVALUACION ALIMENTARIAS

El estado nutricional de un individuo se puede definir como el resultado entre el aporte nutricional que recibe y sus demandas nutritivas, debiendo permitir la utilización de nutrientes mantener las reservas y compensar las pérdidas.

Una ingestión calórica excesiva, un estilo de vida sedentario o ambas cosas a la vez determinan un aumento del tamaño de nuestros depósitos de grasa

MEDIDAS DE EVALUACION ALIMENTARIAS

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.



VALORACION NUTRICIONAL

Estas recomendaciones deben ser de carácter nacional o regional, considerar la situación de salud y nutrición de la población del país, y tener como finalidad tanto la prevención de las enfermedades nutricionales

Así se reconocía en el documento sobre la formulación de guías basadas en alimentos de la FAO/OMS (1996), que destacaba además, que las guías alimentarias deben reflejar patrones alimentarios más que objetivos numéricos y deben ser positivas.



EPIDEMIOLOGIA

LIMITACIONES Y SESGO EN LA EPIDEMIOLOGIA NUTRICIONAL

AZUCENA ELIZABETH CARRANZA TESPAN

MEDIDAS ANTROPOMETRICAS

Se basan en tomar medidas de longitud y peso sobre el propio cuerpo y compararlas con valores de referencia en función de nuestra edad, sexo y estado fisiopatológico.

Los parámetros más habituales y que siempre se miden son la talla (T) y el peso (P).

Las más utilizadas son las de la Metropolitan Life Insurance (1983) en las que se expresa el peso que previsiblemente favorecerá una mayor longevidad del individuo en función de su talla, sexo y complejión.



MEDIDAS ANTROPOMETRICAS

La complejión ósea se suele determinar fácilmente midiendo la circunferencia de la muñeca con una cinta métrica inelástica, o también midiendo con un nonio o pie de rey la envergadura del codo.

Por ejemplo, una fórmula que nos da una estimación muy rápida en varones es: $MB(kcal/h) = 1 \times P(kg)$, mientras que en mujeres es: $MB(kcal/h) = 0,9 \times P(kg)$.

Para hacer una estimación de la grasa subcutánea, que representa aproximadamente el 50% de la total, se suelen medir los pliegues subcutáneos

Tabla 1. Principales índices utilizados para evaluar el estado nutricional
IMC (índice de masa corporal)
$IMC = \text{Peso}(kg) / \text{Talla}^2(m)$
Interpretación
< 19 indica desnutrición
19-25 indica normalidad
25-30 indica sobrepeso (obesidad tipo I)
30-40 indica obesidad de grado II
> 40 indica obesidad de grado III
Relación cintura/cadera
Es una medida del riesgo de enfermedad cardiovascular. Consiste en dividir el perímetro del abdomen con el de la cadera.
Interpretación
> 0,8 indica riesgo de enfermedad cardiovascular



En caso de malnutrición específica de algún nutriente o generalizada, cuando llega a un grado importante de gravedad da lugar a la aparición de signos clínicos evidentes en ciertas zonas u órganos corporales tales como la cara, cabello, cuello, ojos, labios, dientes, encías, lengua, piel, uñas, tejido subcutáneo, abdomen, aparato genital, sistema esquelético y extremidades inferiores:

- GRADO DE MINERALIZACION OSEA
- PRUEBAS FUNCIONALES

UTILIDAD E INCONVENIENTES

Ante esta problemática de carácter generalizado, es necesario que los profesionales de la salud e instituciones tomen cartas en el asunto para frenar esta situación y mejorar la salud y la calidad de vida de la población.

Para ello, 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.

