

Epidemiología

Santiago Gomez Hernandez

Medidas de evaluación dietaria y nutricional en estudios epidemiológicos.

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



Valoración nutricional

Las guías alimentarias trasladarían estas recomendaciones en términos de alimentos como patrón dietético que permite conseguir el perfil nutricional de referencia, como sistema de apoyo para prevenir el desarrollo precoz de enfermedades crónicas y degenerativas e incluso mejorar la cantidad y calidad de vida.



Medidas antropométricas: utilidad e inconvenientes de aplicación, indicadores biométricos:

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. Las medidas antropométricas son técnicas no invasivas, rápidas, sencillas y económicas. Sin embargo, para evitar errores, deben ser tomadas por una persona experta y deben ser comparadas con tablas de referencia apropiadas.



UTILIDAD E INCONVENIENTES DE APLICACIÓN

Tanto en los países empobrecidos (por escasez de alimentos) como en los enriquecidos, por exceso de los mismos, encontramos diversas dificultades y patologías asociadas a la alimentación como la desnutrición, la obesidad y el sobrepeso, las enfermedades cardiovasculares, los trastornos alimentarios, etc. Cada vez observamos mayor índice de enfermedades relacionadas con la alimentación y diferentes estudios demuestran que esta tendencia irá en auge en los próximos años.



Profesora:
YENI KAREN CANALES HERNANDEZ

