

# EPIDEMIOLOGIA DE LA NUTRICIÓN

Licenciatura en enfermería 4to cuatrimestre.

Cinthia Valeria Peralta Arguello.

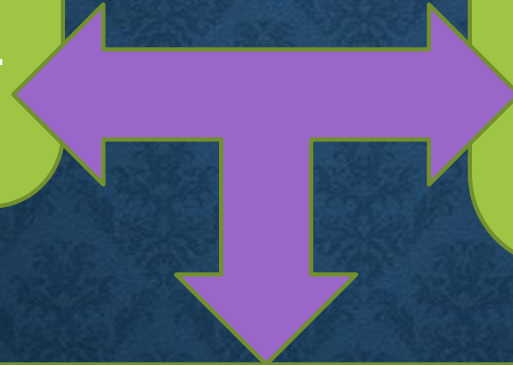
Catedrático: María José Hernández Méndez



# EPIDEMIOLOGIA NUTRICIONAL

**La salud pública** es un arte y ciencia que prevé la enfermedad y ayuda a prolongar la vida, promover la salud a través de los esfuerzos de la sociedad.

**nutrición** es la ciencia que estudia la forma en que el organismo utiliza la energía de los alimentos para mantenerse y crecer, mediante el análisis de los procesos por los cuales se ingiere, digiere, absorbe, transporta, utiliza y extrae los nutrientes esenciales para la vida y su interacción con la salud y enfermedad.

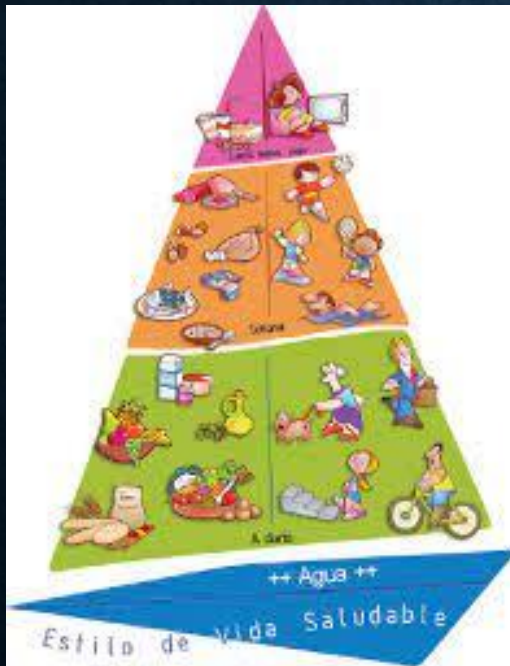


**Nutrición en salud pública** es una ciencia que estudia la relación entre dieta y salud y sienta las bases para el diseño, ejecución y evaluación de intervenciones nutricionales a nivel comunitario y poblacional con el objeto de mejorar el estado de salud de las poblaciones



# NUTRICIÓN COMUNITARIA

## ¿QUÉ ES?



Conjunto de intervenciones nutricionales que se vinculan a la salud pública y se aplican en el contexto social y geográfico de una comunidad.

# COMPONENTES COMPLEMENTARIOS

- 1.- elaboración de una política alimentaria y nutricional
- 2.- creación de entornos favorables
- 3.- capacitación de las habilidades individuales.
- 4.-potenciación de la acción comunitaria.
- 5.- reorientación de los servicios de nutrición, alimentación y restauración.

# FUNCIONES PROPIAS

Identificar y evaluar los problemas nutricionales de los grupos poblacionales.

Desarrollar programas de formación e información para profesionales implicados en actividades de nutrición y alimentación en la comunidad

Asesorar sobre aspectos nutricionales en las políticas de salud pública .



# DIETA Y SALUD



- La dieta es fundamental para el estado de salud.
- Los nutrientes esenciales son minerales, vitaminas, lípidos y aminoácidos y la deficiencia de ellas puede causar enfermedades.



- Las enfermedades no transmisibles como las cardiovasculares, obesidad, diabetes, cáncer, demencias entre otras van de la mano con la influencia de la dieta.

## CARACTERÍSTICAS

Carácter multi-causal: la dieta es uno de los múltiples factores de riesgo.

Los periodos de latencia no se conocen con exactitud, pero en la mayor parte de los casos la variable de interés puede ser la exposición acumulada a lo largo de muchos años.

Frecuencia relativamente baja: es muy importante en términos de impacto sobre la mortalidad general de la población

Carácter irreversible

Causadas tanto por exceso como por defecto de la ingesta.



# EPIDEMIOLOGIA NUTRICIONAL

- Para conocer las condiciones nutricionales y alimentarias de la salud y su efecto sobre la frecuencia y distribución. Por un lado la exposición a los factores dietéticos no puede caracterizarse como presente o ausente si no como variables continuas.



# EJEMPLOS DE PROBLEMÁTICAS

Las verduras, cereales y legumbres contienen gran cantidad de calcio, pero también ácidos fíticos y oxálico que impiden que el calcio absorba correctamente en el intestino

Los pescados azules son ricos en ácidos grasos omega-3 importantes durante el embarazo y lactancia para el adecuado desarrollo del cerebro del feto y el lactante. Sin embargo los de mayor tamaño contienen cantidades grandes de mercurio que puede dañar el sistema nervioso causando una incapacidad

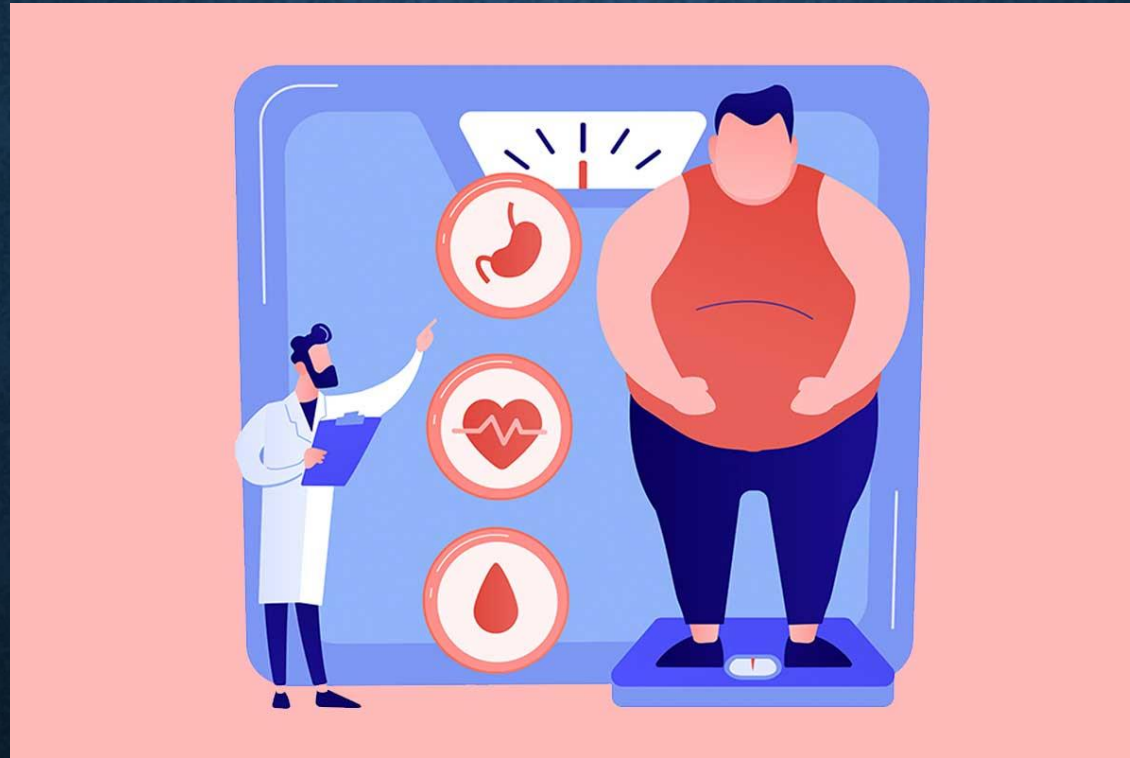
- El estudio de la relación entre dieta y salud puede abordarse desde una perspectiva nutricional, en función de la composición química de la dieta, alimentaria, en función de su contenido de alimentos o grupos alimentarios, o global, mediante el análisis de los patrones dietéticos o alimentarios. Cada una de estas alternativas tiene sus propias fortalezas y debilidades que determinan su mayor o menor utilidad para analizar el efecto de la dieta en función de la hipótesis de investigación que se plantee en cada momento

# INTERVENCIÓN NUTRICIONAL EN SALUD PÚBLICA

La epidemiología nutricional, mediante el estudio de las relaciones causales entre los diversos componentes de la dieta y los estados de salud-enfermedad, proporciona los conocimientos científicos que sirven de base para la elaboración de recomendaciones dietéticas.

Vivimos en un entorno de superabundancia donde tenemos amplia disponibilidad de productos muy procesados y como consecuencia de la progresividad occidentalización de nuestra dieta y como factores de riesgos el sedentarismo, tabaquismo nos enfrentamos a una epidemia de obesidad y ENT.

Para combatir esta situación es imprescindible poner en marcha las intervenciones nutricionales a nivel comunitario.



# CONDICIONES

- Conocer las características sociodemográficas a la que va dirigida las intervenciones y sus hábitos dietéticos.
- Analizar las claves que han condicionado la adquisición y mantenimiento de los patrones alimentarios y las barreras físicas, sociales, culturales y económicas.
- Tener en cuenta los intereses y preferencias de la población y hacerla participe en el diseño y la implementación de la intervención.

# FUENTE BIBLIOGRÁFICA

- <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/bf2da95ccbc8672e2a99a5af5c363984-LC-LEN404%20EPIDEMIOLOGIA.pdf>