



Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Leydy Beatriz Leon Jiménez
Nombre del tema: Epidemiología De La Nutrición
Parcial : 2
Nombre de la Materia: Epidemiología
Nombre del profesor: Jaime Helería Cerón
Nombre de la Licenciatura: Enfermería
Cuatrimestre 4°

EPIDEMIOLOGÍA DE LA NUTRICIÓN

Dieta y salud

La dieta es un determinante fundamental del estado de salud de los individuos, la ingesta adecuada de alimentos de los principales grupos constituye la base del bienestar cotidiano, y reducirá el riesgo de enfermedades a largo plazo

El interés de los investigadores se ha dirigido a la influencia de la dieta en la actual epidemia de enfermedades no transmisibles (ENT), como las cardiovasculares, obesidad, diabetes, cáncer, demencias, osteoporosis y malformaciones congénitas, entre otras.

Las ENT tienen una serie de características comunes que condicionan el diseño de los estudios para dilucidar la influencia de la dieta en su desarrollo

- ✓ Carácter multi-causal: la dieta es uno más de sus múltiples factores de riesgo.
- ✓ Los períodos de latencia no se conocen con exactitud, puede ser la exposición acumulada a lo largo de muchos años
- ✓ Frecuencia relativamente baja
- ✓ Carácter irreversible o difícilmente reversible
- ✓ Causadas tanto por exceso como por defecto en la ingesta

Epidemiología nutricional

Para conocer los condicionantes nutricionales y alimentarios de la salud y su efecto sobre la frecuencia y distribución de las enfermedades en la población, contribuyendo al diseño de intervenciones nutricionales efectivas

La exposición a los factores dietéticos no puede caracterizarse como presente o ausente, sino como variables continuas, donde todos o la mayor parte de los individuos están expuestos en mayor o menor grado y cuyo rango de variación es con frecuencia estrecho

Los alimentos son una mezcla compleja de sustancias químicas, que pueden competir, antagonizar o alterar la biodisponibilidad de cualquier nutriente contenido en los mismos, por lo que no es posible prever con seguridad los efectos de un alimento en base a su contenido.

ya que la ingesta del mismo puede modificar la absorción, metabolismo o requerimientos de otro nutriente, creando una interacción biológica. Por ejemplo, las verduras, cereales y legumbres contienen gran cantidad de calcio, pero también contienen ácidos fítico (cereales integrales y legumbres) y oxálico (espinacas) que impiden que el calcio se absorba correctamente en el intestino.

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.

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 alimentario

BIBLIOGRAFIA

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/05da6784fda14016f007f1ecbc739550.pdf>