



Nombre del Alumno: BARTOLA BERNAL ALVAREZ

Nombre del tema: CUADRO SINOPTICO

Nombre de la Materia: EPIDEMIOLOGIA

Nombre del Profesor: DR. JAIME HELERIA CERON

Nombre de la Licenciatura: ENFERMERIA

Cuatrimestre: 4° "A"

Pichucalco, Chiapas a 05 de Diciembre de 2022.



UNIDAD II



Dieta y Salud

La dieta es un determinante fundamental del estado de salud de los individuos.

Los nutrientes esenciales incluyen minerales, vitaminas, lípidos y aminoácidos, cuya ingesta deficiente da lugar a los cuadros clínicos característicos de las enfermedades carenciales.

Enfermedades No Transmisibles

Las cardiovasculares, obesidad, diabetes, cáncer, demencias, osteoporosis y malformaciones congénitas, entre otras.

La dieta es uno más de sus múltiples factores de riesgo

Genéticos, psicosociales, ocupacionales, infecciosos y estilos de vida, como el tabaquismo, el sedentarismo o el consumo de alcohol y otras drogas.

Epidemiología Nutricional

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.

Los factores dietéticos no puede caracterizarse como presente o ausente, sino como variables continuas.

Los patrones dietéticos evolucionan habitualmente a lo largo de los años.

Los alimentos son una mezcla compleja de sustancias químicas, que pueden competir, antagonizar o alterar la biodisponibilidad de cualquier nutriente contenido en los mismos.

Las verduras, cereales y legumbres contienen gran cantidad de calcio, pero también contienen ácidos fítico.

Los pescados azules son ricos en ácidos grasos omega-3, importantes durante el embarazo y la lactancia para el adecuado desarrollo del cerebro del feto y el lactante.

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.



Referencia bibliográfica:

- Antología. Epidemiología. Universidad Del Sureste. Otorgada por la Institución.

