



*Nombre del Alumno: Rivaldo Dominguez Arias*

*Nombre del tema: Epidemiologia de la nutrición*

*Parcial: I*

*Nombre de la Materia: Epidemiologia*

*Nombre del profesor: Jaime heleria Cerón*

*Nombre de la Licenciatura: Lic. Enfermería*

*Cuatrimestre: IV*



# Dieta y salud

## ¿Qué es dieta y salud

### Dieta

Es el control o regulación de la cantidad y tipo de alimento que consume una persona, generalmente con un fin específico

### Salud

Es un estado completo de bienestar físico, mental y psicológico. Las cuales hacen sentir bien a una persona y permite realizar diversas actividades sin dificultad

## Características de la ENT

Carácter multi-causal

Periodos de latencia

Frecuencia relativamente baja

carácter irreversible

Causadas por el exceso

La dieta es uno de los factores de riesgo como el sedentarismo, infecciones, consumo de alcohol.

Es un inconveniente añadido al analizar el efecto de la dieta sobre la misma.

# Epidemiología nutricional

## Condiciones nutricionales y alimentarios

Sobre su afecto sobre la distribución de las enfermedades en la población contribuyendo al diseño de la intervenciones nutricional efectiva.

La complejidad de la naturaleza de la dieta supone un reto particularmente difícil para la disciplina

La dieta es mejor recomendable a acompañarlo con ejercicios para mantener una buena salud

## Factores dietético

Mala alimentación

No consumir lo indispensable

No consumir frutas y verduras ricas en vitaminas

La mayoría de la población no se alimenta de manera adecuada la cual ha provocado diferentes enfermedades por la mala alimentación

## Daños ala salud

Se daña ala salud cuando se consume mucha grasa

Beber en exceso bebidas con azúcar

Refrescos embotellados

Sabritas y golosinas

Pan con exceso de azúcar

# **Bibliografía**

**Antología de epidemiologia pagina 49 a la 54 de la  
unidad II**