



**Mi Universidad**

## **Cuadro Sinóptico**

*Nombre del Alumno: Eleazar Lázaro Alvarado*

*Nombre del tema: Epidemiología De La Nutrición*

*Parcial: 2do Módulo*

*Nombre de la Materia: Epidemiología*

*Nombre del profesor: Jaime Heleria Cerón*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 4to Cuatrimestre*

# Epidemiología De La Nutrición

## 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.

### Enfermedades no transmisibles (ENT)

Cardiovasculares

Obesidad

Diabetes

Cáncer

Demencias

Osteoporosis

Malformaciones congénitas

### Características de las ENT

**Carácter multi-causal:** 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).

**Los períodos 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.

**Causadas tanto por exceso** como por defecto en la ingesta: Las enfermedades cardiovasculares pueden deberse tanto a un exceso de ácidos grasos saturados, procedentes de los productos lácteos y cárnicos.

**Carácter irreversible o difícilmente reversible:** La irreversibilidad de algunas de estas condiciones supone un inconveniente añadido al analizar el efecto de la dieta sobre las mismas.

# Epidemiología De La Nutrición

## Epidemiología nutricional

Es posible definir la epidemiología nutricional como el estudio de la relación entre la dieta y la salud de un determinado grupo de población.

Esto implica que se puede hacer un análisis de una pequeña colectividad, de un municipio, región, país o mundial, si se desea. Ahora bien, la condición es que los datos que se obtengan sean fiables.

### Estudios descriptivos

Permiten describir el estado nutricional, así como los problemas de salud relacionados con la dieta, desde que aportan información sobre la distribución de los hábitos de vida, consumo alimentario, actividad física y variables sociodemográficas de los grupos poblacionales y en áreas geográficas específicas.

### Problemas

Es la presencia concomitante de sustancias beneficiosas y perjudiciales para la salud en un mismo alimento. Por ejemplo, los pescados azules son ricos en ácidos grasos omega-3, importantes durante el embarazo y la lactancia.

Sin embargo, el pez espada, la caballa o el atún, contienen cantidades altas de mercurio, un metal contaminante que puede dañar el sistema nervioso en desarrollo de fetos.

### Estudios analíticos

Permiten conocer la asociación entre diferentes factores de exposición de la dieta y el desarrollo de enfermedades. Para ello, se requiere la aplicación de técnicas estadísticas adecuadas.

## **Bibliografía**

- **<https://www.universitatcarlemany.com/actualidad/que-es-epidemiologia-nutricional>**
- **<https://cvnet.cpd.ua.es/Guia-Docente/GuiaDocente/Index?wcodest=&wcodasi=27528&wlengua=es&scaca=>**
- **MAURICIO HERNÁNDEZ, EPIDEMIOLOGIA, MAC GRAW HILL, 2014.**