



Cuadro Sinoptico.

Nombre del Alumno: JOSE GUSTAVO BASTAR
LOPEZ

Nombre del tema: dieta y salud,
epidemiologia nutricional
Parcial:1RO

Nombre de la Materia: epidemiologia

Nombre del profesor: Jaime Heleria Ceron

Nombre de la Licenciatura: ENFERMERIA

Cuatrimestre: 4to

Fecha: 06 de diciembre del 2022

Dieta y salud

¿Qué es dieta?

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

¿Cuáles son los nutrientes esenciales?

Los nutrientes esenciales incluyen minerales, vitaminas, lípidos y aminoácidos.

Carácter multi-causal

La dieta es uno más de sus múltiples factores de riesgo, que pueden interaccionar entre ellos

Los periodos de latencia no se conoce 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

Características de las ENT

Frecuencia relativa baja

El efecto de enfermedades como el cáncer y cardiovasculares, es muy importante en términos de impacto en la mortalidad general de la población

Carácter irreversible

La irreversibilidad de una de estas enfermedades, supone un inconveniente añadido al analizar el efecto de las dietas sobre las mismas.

Causadas por exceso como por defecto en la ingesta

Las enfermedades cardiovasculares pueden deberse tanto a un exceso de ácidos grasos saturados, procedentes de productos lácteos o carnicos, como por una ingesta deficiente de ácidos grasos poli-insaturados.

Epidemiología nutricional.

Como se
caracteriza
los
factores
dietéticos.

No puede caracterizarse
como presente o ausente si
no como variables
continuas donde todos o la
mayor parte de los
individuos están expuestos

¿Qué son
los
alimentos?

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

Otro
problema
presente

Es la presencia concomitante de sustancias
beneficiosas o perjudiciales para la salud en un mismo
alimento

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.