

# UDS

URIEL GUSTAVO BAYONA CRUZ

UNIVERSIDAD DEL  
SURESTE  
EPIDEMIOLOGIA

ENSAYO

## INTRODUCCION

En este ensayo, hablaremos sobre diversos temas relacionados con la epidemiología en la nutrición, podemos encontrarnos con información para prevenir, recomendaciones para tener una buena salud y pocas complicaciones con la misma. Daré una leve explicación con un poco de terminología para tener una leve profundidad en el tema.

## DESARROLLO

### EPIDEMIOLOGIA DE LA NUTRICIÓN

Sabemos que la salud pública es el arte y la ciencia de prevenir la enfermedad, prolongar la vida y promover la salud a través de los esfuerzos organizados de la sociedad. Hay que saber que la nutrición es la ciencia que estudia la forma en que el organismo utiliza la energía de los alimentos para mantenerse y crecer, mediante el análisis de los procesos por los cuales ingiere, digiere, absorbe, transporta, utiliza y extrae los nutrientes esenciales para la vida, y su interacción con la salud y la enfermedad. Con esto podremos entender un poco sobre el tema.

Ahora entraremos al tema de nutrición comunitaria que es un subtema del tema principal del ya antes mencionado un poco. Dice que la nutrición comunitaria es el conjunto de intervenciones nutricionales vinculadas a la salud pública que se aplican en el contexto social y geográfico de una comunidad, al objeto de potenciar y mejorar su estado nutricional, con un enfoque participativo y cinco componentes complementarios: elaboración de una política alimentaria y nutricional, creación de entornos favorables, capacitación de las habilidades individuales, potenciación de la acción comunitaria y reorientación de los servicios de nutrición, alimentación y restauración. Esta tiene un objetivo, el objetivo es estudiar la relación entre dieta y salud desde la perspectiva comunitaria y de salud

pública, que contempla varios abordajes complementarios (nutricional, alimentario, global).

Ahora profundizaremos el tema de dieta y salud que como correspondiente es el tercer subtema, este nos habla y trata sobre que la dieta es un determinante fundamental del estado de salud de los individuos. En esta habla que minerales, vitaminas, lípidos y aminoácidos, una deficiencia produce cuadros clínicos característicos de las enfermedades carenciales, como el beri-beri por deficiencia de tiamina (vitamina B1) o el raquitismo por deficiencia de vitamina D. Igual habla que hay una serie de características que condicionan las ENT que significa epidemia de enfermedades no transmisibles, estas son:

- Carácter multi-causal
- Frecuencia relativamente baja
- Carácter irreversible o difícilmente reversible
- Causadas tanto por exceso como por defecto en la ingesta

Ahora hablaremos sobre el tercer tema, este se llama Intervención nutricional en salud pública, habla sobre la epidemiología nutricional, mediante el estudio de las relaciones causales entre los diversos componentes de la dieta y los estados de salud-enfermedad, nos ayuda a obtener conocimientos para la elaboración de recomendaciones dietéticas, objetivos nutricionales y guías alimentarias, estas son elaboradas con el propósito de combatir la obesidad y ENT.

Unas de las condiciones para lograr esto tiene como requisito conocer las características sociodemográficas de los grupos de población o comunidades a las que van dirigidas las intervenciones y sus hábitos dietéticos. En segundo lugar, se deben analizar las claves que han condicionado la adquisición y mantenimiento de los patrones alimentarios y las barreras (físicas, sociales, culturales y económicas) a las que se tiene que enfrentar cada comunidad para la modificación de los mismos.

Por último tema, pero no menos importante es el estudio aplicados en epidemiología nutricional. Este habla sobre como la ciencia como la observación y

experimentación sistemática para explicar y predecir los fenómenos naturales y sociales con el propósito de establecer, ampliar o confirmar el conocimiento este utiliza observaciones o experimentos para establecer inferencias lógicas, formular y contrastar hipótesis y llegar a conclusiones generalizables, expresadas mediante leyes y principios contrastables. Con esto podemos obtener resultados concretos, más información, datos nuevos para así planificar posibles soluciones a problemas comunitarios relacionados con la salud y así prevenir diabetes, obesidad, problemas de la circulación y problemas del corazón que son los más relacionados con esta parte.

## CONCLUSION

En conclusión puedo decir que este tema central que habla más que nada sobre la nutrición y los problemas relacionados con este en la comunidad, algunas soluciones, complicaciones, de cómo contrarrestarlo o como prevenir algunas complicaciones ya antes mencionadas. Me voy sabiendo que tanto hay nutrición hay desnutrición y con el paso de los años cada vez hay más problemas por la escases de información o promoción a la salud. Hay muchas recomendaciones pero la población es la que tiene la iniciativa de seguirlas, lamentablemente uno no las sigue. Esperemos que más adelante haya mejoras en este campo.

## BLIBIOGRAFIA

[Antología UDS Epidemiologia](#)