



Universidad del sureste

Alumno: Neftalí Álvaro López

Cuatrimestre: 4to grupo: B

Docente: Dra. Mariana López Sandoval

Materia: epidemiología

Especialidad: licenciatura en enfermería

Actividad: mapa conceptual

Fecha: 01/12/2022

Valoración alimentaria

¿Qué es?

Son utilizados para evaluar la salud nutricional de la población y sirven de base para la elaboración de guías, recomendaciones nutricionales y planes de salud,

Encuesta

Son los métodos más utilizados para obtener información, como datos, intereses, opiniones, conocimiento y comportamiento.

Ventaja

- Versatilidad
- capacidad para recoger datos sobre una amplia gama de necesidades de información.

Inconveniente

- El encuestado renuncia a suministrar la información
- El encuestado puede ser incapaz de aportar la información requerida
- El propio proceso de interrogación puede influir en las respuestas del encuestado

Telefónica

- Comunicación mediante teléfono
- Se utilizó para realizar test de audiencia de programas
- anuncios emitidos por radio y televisión
- captación de información.

Ventaja

- Rapidez en la obtención de datos
- Coste más reducido
- Permite a entrevistar a personas poco accesibles

Inconvenientes

- Falta e representatividad de la muestra Personas que no tienen teléfono
- Brevidad del cuestionario

Tipos de Encuesta

Personal

Es

Una entrevista personal que se realiza entre dos personas

Ventaja

- Elevado índice de respuesta
- Se conoce quien contesta
- Evita influencia de otras personas
- se reducen las respuestas evasivas
- facilita la utilización de material auxilia

Inconvenientes

- Coste elevado
- Sesgo por influencia del investigador
- Necesidad de control para evitar errores

Postal

Consiste en el envío por correo de un cuestionario a las personas

Ventaja

- Reducido coste
- Facilidad de acceso de la persona a encuestar
- Flexibilidad en el tiempo para encuestarlo

Inconvenientes

- Bajo índice de respuesta
- No hay seguridad de quien contesta el formulario
- Necesidad de datos
- Falta de representatividad

Reproductividad y validez

Es

La medición es el proceso de vincular conceptos abstractos con indicadores empíricos

Se realiza mediante

- Un plan explícito
- organizado para clasificar los datos disponibles

Requisitos esenciales

Confiability

Es un instrumento de medición se refiere al grado en que su aplicación repetida al mismo sujeto u objeto produce resultados iguales.

Validez

se refiere al grado en que un instrumento realmente mide la variable que pretende medir

Análisis para el diagnóstico en el diseño de estrategias

Las

-Políticas de alimentación
- programas agrícolas

Contribuyen a

- establecimiento de objetivos nutricionales claros
- monitoreo del impacto
- la mejora del conocimiento
- prácticas nutricionales
- diversificación de la producción de alimentos
- garantizan la seguridad alimentaria
- la reducción de las pérdidas de alimentos
- generación de ingresos para los pobres

Los

Los alimentos, la agricultura y los sistemas alimentarios incluyendo los cultivos, la ganadería, la pesca y la silvicultura

Contribuye

- a hacer frente a todas las formas de malnutrición, mediante la mejora de las dietas
- contra la lucha a las causas profundas de la pobreza.

Información alimentaria y información nutricional

Es

La información relativa a un alimento y puesta a disposición del consumidor

Alimentación

Saludable es aquella que aporta a cada individuo todos los alimentos necesarios para cubrir sus necesidades nutricionales

Necesarias

- las diferentes etapas de la vida
- infancia
- adolescencia
- edad adulta
- envejecimiento

Mantener salud y prevenir enfermedad

- Mantener estilo de vida saludable
- elegir una alimentación equilibrada
- realizar actividad o ejercicio físico
- evitar fumar
- tomar bebidas alcohólicas

Características de una alimentación saludable

Es

Aquella que proporciona los nutrientes que el cuerpo necesita para mantener el buen funcionamiento del organismo

Ayuda

- A conservar la salud
- Minimiza el riesgo de enfermedades

Alimentación saludable

- Hidratos de carbono
- Proteínas
- Cereales
- Carnes
- Leguminosas

Alimentación

-Inocua
-Completa

- 1 La alimentación debe ser suficiente en cantidad para cubrir las necesidades nutricionales y energéticas.
 - 2 Debe ser completa, con todos los nutrientes para ofrecer al cuerpo las sustancias que integran sus tejidos.
 - 3 Los alimentos deben mantener una proporción correcta entre sí.
 - 4 Debe ser inocua. Su consumo no debe suponer un riesgo al organismo. Debe estar bien preparada y libre de contaminantes.
 - 5 Se debe procurar que la dieta sea atractiva y variada; que estimule los sentidos y que evite la monotonía, incluyendo diferentes alimentos en cada comida.
- 