



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**CAMPUS TABASCO**

**LIC. EN ENFERMERÍA**

**TEMA:**

**ENSAYO**

**NOMBRE DEL ALUMNO: DANIEL DE JESUS JIMENEZ MARTINEZ**

**4º CUATRIMESTRE**

**GRUPO: B**

**DOCENTE: MARIANA LOPEZ SANDOVAL**

**VILLAHERMOSA, TABASCO A 16 DE NOVIEMBRE DE 2022.**

## INTRODUCCION

Dentro de este ensayo hablaremos sobre la epidemiología de la nutrición donde hablaremos sobre la salud y la prevención de las enfermedades por diversos temas relacionado con la nutrición aprenderemos los riesgo que corremos por no llevar una dieta saludable con respecto ala a la nutrición tomando encuentra las diversas relaciones qué tiene la epidemiologia nutricional en la vida cotidiana, como describir la magnitud de las diversas enfermedades relacionada con la nutrición y la alimentación en la vida de todos ser humano. También nos ayudara a proporcionar diferentes información para su definición o fortalecimiento de las enfermedades con las que se relaciona así aprendiendo cual es su objetivo en los tipos de monitoreo en la epidemiologia nutricional Como puede ser el consumo de alimentos, ingesta de nutrientes o el estado nutricional y generar las hipótesis sobre como se relación la dieta y las enfermedades Y consideras la bunerabilidad socio cultural de la población.

## **EPIDEMIOLOGIA NUTRICIONAL**

La epidemiología nutricional es una de los campos más fascinantes y de gran utilidad para los profesional dietista-nutricionista entre otras porque permite conocer lo que comemos y la calidad de la dieta a nivel poblacional. Así mismo permite conocer qué tan saludables estamos de acuerdo con la composición corporal. 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 poblaciones y en áreas geográficas específicas. Aunque ningún individuo puede ser experto en todas las especialidades relacionadas con la salud pública, el profesional bien formado debe conocer el rol de cada una de esas disciplinas en la formulación de una intervención de salud pública, estar familiarizado con el lenguaje y los postulados básicos de dichas disciplinas, y haber practicado la implementación de intervenciones a cargo de equipos multidisciplinarios.

una herramienta muy útil para determinar la evidencia científica de los problemas relacionados con la dieta y la nutrición a resolver en salud pública. Su finalidad es aportar información que sirva de apoyo a la toma de decisiones en los distintos ámbitos relacionados con la salud como en las políticas de nutrición, en la planificación sanitaria e intervenciones en Nutrición Pública.

Una nutrición comunitaria es un conjunto de intervenciones nutricionales relacionada con la salud pública que se aplican en el contexto social y geográfico de una comunidad lo cual tiene como objetivo de potenciar y mejorar su estado nutricional, potenciación de la acción comunitaria y reorientación de los servicios de nutrición, alimentación y restauración.

El objetivo de este capítulo es estudiar la relación entre dieta y salud desde la perspectiva comunitaria y de salud pública, que contempla varios abordajes. Una dieta saludable ayuda a protegernos de la malnutrición en todas sus formas, así como de las enfermedades no transmisibles, entre ellas la diabetes, las cardiopatías, los accidentes cerebrovasculares y el cáncer. Los nutrientes esenciales incluyen minerales, vitaminas, lípidos y aminoácidos, Una vez identificados los nutrientes esenciales, el interés de los investigadores se ha dirigido a la influencia de la dieta

en la actual epidemia de enfermedades no transmisibles como las cardiovasculares, obesidad, diabetes, cáncer, demencias, osteoporosis y malformaciones congénitas, entre otras. Las enfermedades cardiovasculares pueden deberse tanto a un exceso de ácidos grasos saturados, procedentes de los productos lácteos y cárnicos, como por una ingesta deficiente de ácidos grasos poli-insaturados, procedentes del pescado, frutos secos y aceites vegetales, lo que representa un escollo para el estudio de sus efectos independientes, ya que ambos tipos de ácidos grasos están presentes en la dieta de todos los individuos. al análisis de la relación entre la dieta y la salud de una dificultad y especificidad que han requerido el desarrollo de una variante del método epidemiológico.

La nutrición en salud pública es un conjunto de actividades vinculadas a la alimentación y la salud que, en el marco de la nutrición aplicada, se desarrollan a nivel poblacional con una perspectiva comunitaria y como objetivo de mejorar los hábitos alimentarios y el estado nutricional de la población. Esto es así, en buena medida, porque vivimos en un entorno de superabundancia, con una amplia disponibilidad de productos alimentarios ultraprocesados (pobres en nutrientes esenciales y con alto contenido en energía, azúcares, grasas de mala calidad y sal) a bajo precio, junto con estrategias de marketing intensivas para promocionar su consumo, esta situación es imprescindible poner en marcha intervenciones nutricionales a nivel comunitario es necesario conocer las características sociodemográficas de los grupos de población o comunidades a las que van dirigidas las intervenciones y sus hábitos dietéticos. 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, donde las opciones alimentarias saludables sean fáciles de elegir para todas las personas, independientemente de su edad, sexo, grupo cultural, religión, nivel de educación, ingresos económicos, zona de residencia y cualquier otra circunstancia relevante. la nutrición en salud pública (public health nutrition) es la ciencia que estudia la relación entre dieta y salud y sienta las bases para el diseño, ejecución y evaluación de intervenciones nutricionales a nivel comunitario y poblacional con el objeto de mejorar el estado de salud.

**Estudios aplicados en epidemiología nutricional** La ciencia utiliza observaciones o experimentos para establecer inferencias lógicas, formular y contrastar hipótesis y llegar a conclusiones generalizables, expresadas mediante leyes y principios contrastables, La epidemiología aplicada a la nutrición tiene un ámbito muy amplio y abarca aspectos tan diversos como la descripción de enfermedades carenciales, el estudio de la relación entre los niveles de consumo de determinados alimentos y diferentes patologías, la investigación de tóxicos alimentarios, el estudio nutricional permite conocer el mejor método para poder perder esos quilos de más sin esfuerzos sobrehumanos, sin pasar hambre y, sobre todo, aprendiendo a comer sano, su objeto de estudio se apoya en: Las ciencias naturales para conocer los procesos biológicos que afectan el estado de salud y nutrición de la población y para evaluar y explicar la magnitud y gravedad de los fenómenos nutricionales. Buena parte del conocimiento científico sobre la nutrición proviene de la investigación epidemiológica, entendida como la investigación científica que se efectúa en poblaciones humanas y en grupos definidos de individuos sobre la frecuencia de aparición, distribución y causas de los fenómenos con relevancia de salud pública, clínica, social o biológica.

La elección del tipo de estudios epidemiológico depende, en primer lugar, de la naturaleza de la pregunta de investigación que se plantee, la elección del diseño depende de consideraciones prácticas como la disponibilidad de recursos humanos y materiales y de consideraciones éticas no se pueden diseñar experimentos para evaluar si una sustancia es nociva.

Hay dos tipos de estudios epidemiológicos, En los estudios experimentales y cuasiexperimentales, el investigador decide quiénes recibirán la intervención y mide sus efectos al cabo del tiempo, mientras que, en los estudios observacionales, el investigador se limita a observar los efectos en el tiempo de intervenciones sobre las que no posee ningún control, se asienta en el método científico, iniciado por pensadores como Bacon, Descartes y Peirce, y existe consenso de la comunidad científica sobre la validez de sus reglas. Este método se basa en el concepto de hipótesis, y de que ésta ha de ser reproducible y comprobable.

## CONCLUSIÓN

En este ensayo aprendimos como se relaciona la epidemiología nutricional con la salud y la dieta tomando encuenta las situación en la qué se encuentre mediante las información requerida para las investigaciones nutrimentos en cada persona, Tomando en cuenta que la epidemiología es de suma importancia para facilitar y prevenir el control de las enfermedades Y sus métodos para poder modificarlo ya qué depende no solo de la prevención sino de un diagnóstico preciso y la aplicación de los tratamientos adecuado o la dieta recomendada por un personal de la salud para llevar una vida saludable para el bienestar de la población qué esta en riesgo. Estudiando los procesos de la salud y enfermedad que afecta ala población a los grupos afectados como se distribuye tanto geográficamente como en el tiempo de la salud salud y enfermedades cuales son las causas o los factores asociado en su surgimiento.

## **BIBLIOGRAFIA**

**1.\_ANDERS AHLBOM, FUNDAMENTOS DE EPIDEMIOLOGIA, SIGLO XX EDITORES,**

**2009.**

**2.-RAYMOND S GREENBERG, EPIDEMIOLOGIA MEDICA, EL MANUAL MODERNO,**

**2012.**

**3.\_ANDERS AHLBOM, FUNDAMENTOS DE EPIDEMIOLOGIA, SIGLO XX EDITORES,**

**2012.**