



Mapa conceptual.

**Nombre del alumno:** Yuliana Cristell Jiménez Esteban.

**Nombre del tema:** Valoración alimentaria.

**Parcial:** 1°.

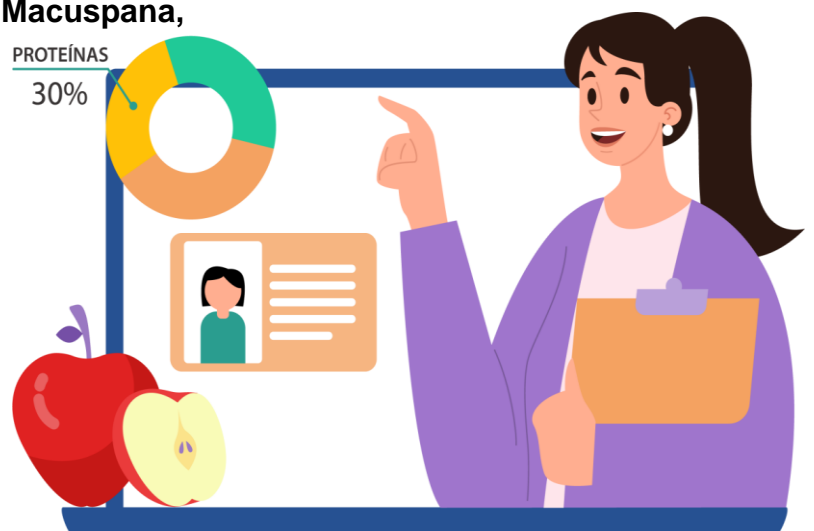
**Nombre de materia:** Epidemiología.

**Nombre del profesor:** Dra. Mariana López Sandoval.

**Nombre de la licenciatura:** Enfermería.

**Cuatrimestre:** 4°.

**Lugar y fecha:** R/a triunfo 2da, Macuspana,  
Tabasco, 29 de noviembre del 2022.



# VALORACIÓN ALIMENTARIA.

Son

Utilizados para evaluar la salud nutricional de la población.

Sirven

Para la elaboración de guías alimentarias, recomendaciones nutricionales y planes de salud.

## Encuestas

Son

Procedimientos para obtener información.

Como

- Actitudes.
- Intereses.
- Opiniones.
- Conocimiento.
- Comportamiento, etc.

Utiliza

El método inductivo.

Es decir

A partir de un número suficiente de datos

Se obtiene

Conclusiones a nivel general.

Ventaja

Es versátil.

Limitaciones

- El encuestado renuncia a suministrar información deseada.
- El encuestado es incapaz de aportar información.
- El proceso de interrogación influye en las respuestas del encuestado.



Tipos

Son



Personal

Consiste

En una entrevista personal que se establece entre dos personas.

Ventajas

- Elevado índice de respuesta.
- Se conoce quien contesta.
- Evita influencia de otras personas.
- Se reducen las respuestas evasivas.
- Facilita la utilización de material auxiliar.
- Se pueden obtener datos secundarios.

Inconvenientes

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



Telefónica

Consiste

En la comunicación mediante el teléfono.

Utilizado

- Para realizar una investigación.
- Como técnica combinada.
- Como medio auxiliar.

Ventajas

- Rapidez en la obtención de datos.
- Coste más reducido.
- Permite entrevista a personas poco accesibles.
- Elevado índice de respuestas.

Inconvenientes

- Falta de representatividad de la muestra.
- Brevedad del cuestionario.
- No se puede utilizar material auxiliar.
- preguntas cerradas o semiabiertas con respuestas no muy amplias.



Postal

Consiste

En el envío por correo de un cuestionario a las personas.

Constituyen

La muestra.

Ventajas

- Reducido coste.
- Facilidad de acceso a las personas a encuestar.
- Flexibilidad en el tiempo para el entrevistado.
- Se evita la influencia del entrevistador.

Inconvenientes

- Bajo índice de respuesta.
- No hay seguridad de quien contesta el formulario.
- Necesidad de datos.
- El cuestionario es reducido.
- Falta de representatividad.

Criterios para la selección.

Son

- Versatilidad.
- Tiempo para la obtención de información.
- El coste.
- La precisión.
- La conveniencia para el encuestado.



## Medición

Es

El proceso de vincular conceptos abstractos con indicadores empíricos.

Mediante

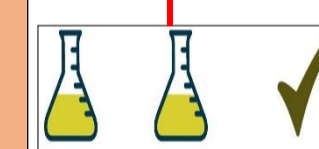
Un plan explícito y organizado para clasificar datos.

Requisitos

Reproducibilidad

Referido

Al grado en que su aplicación repetida al mismo sujeto u objeto produce resultados iguales.



Validez

Referido

Al grado en que un instrumento mide la variable que pretende medir.



De

- Estrategias.
- Proyectos.
- Programas.
- Políticas nutricionales.

Contribuyen

- Al establecimiento de objetivos claros.
- Al monitoreo del impacto.
- Mejora del conocimiento.
- Prácticas nutricionales.
- Diversificación de la producción de alimentos.
- Garantizar la seguridad.
- Reducción de las pérdidas.
- Generación de ingresos.
- Empoderamiento.

Los

Alimentos, la agricultura, sistemas alimentarios, cultivos, ganadería, pesca, y silvicultura.

Contribuyen

- A hacer frente a todas las formas de malnutrición.
- Contra las causas profundas de la pobreza.

Organizaciones que contribuyen con la FAO.

Son

- Scaling Up Nutrition movement (SUN).
- Reach Partnership (REACH).
- Global Panel on Agriculture and Food Systems for Nutrition.
- New Partnership for Africa's Development (NEPAD).
- UNICEF.
- World Health Organization (WHO).
- World Food Programme (WFP).
- IFAD.
- World Bank.



## Análisis para el diagnóstico en el diseño.

Información alimentaria o información nutricional.

Es

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

Por medio

De una etiqueta.

Muestra

- Que nutrientes contiene.
- Cantidad que contienen.

Alimentación saludable.

Es

Aquella que aporta a cada individuo todos los alimentos necesarios para cubrir las necesidades nutricionales.

En

- Las diferentes etapas de la vida.
- Situación de salud.

Para mantener la salud y prevenir enfermedades.

Se debe

- Elegir una alimentación equilibrada.
- Realizar actividad física.
- Evitar fumar.
- Evitar bebidas alcohólicas.
- Fomentar el consumo de agua.



## Características de una alimentación saludable.

Son

Completa

Implica

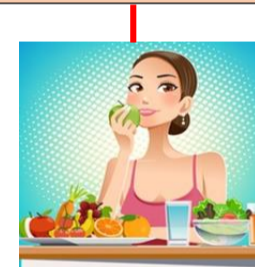
Contener todos los nutrientes (hidratos de carbono, proteínas, Lípidos y vitaminas).



Suficiente

Implica

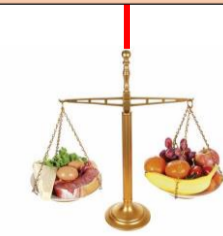
Que cubra las necesidades de todos los nutrientes.



Equilibrada

Implica

Que los nutrientes guarden las proporciones apropiadas entre sí.



Inocua

Implica

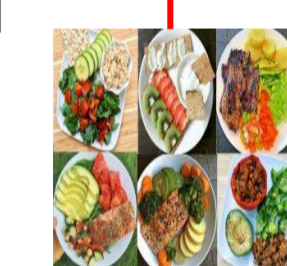
Estar libre de microorganismos patógenos, tóxicos y contaminantes.



Variada

Implica

Incluir diferentes alimentos y platos en cada comida.

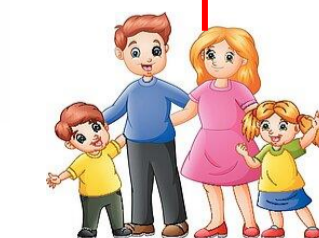


Adecuada

Implica

Que esté acorde a las condiciones.

Edad, sexo, estatura, actividad física, estado de salud, cultura y economía.



## Referencias bibliográficas.

Ahlbom , A. (2012). *Fundamentos de epidemiología*. Siglo XX.

Hernández, M. (2014). *Epidemiología*. Mc Graw Hill.

Pinheiro Fernandes, A. (s.f.). Valoración alimentaria.Pág 1-27.

Universidad del Sureste. (s.f.). Epidemiología; Valoración alimentaria.Pág 92-108.