



# Universidad del sureste

Alumno: Neftalí Álvaro López

Cuatrimestre: 4to grupo: B

Docente: Dra. Mariana López Sandoval

Materia: epidemiología

Especialidad: licenciatura en enfermería

Actividad: ensayo

Fecha: 16/11/2022

## **Ensayo. Epidemiología de la nutrición.**

**Introducción:** En este ensayo hablamos de la epidemiología nutricional lo que tiene como puntos muy importantes que llegaremos a hablar como la nutrición comunitaria, dieta y salud , intervenciones nutricional en la salud publica así como otros temas más como en la epidemiología nutricional se sabe que esta ciencia estudia las relaciones entre dieta y salud en el trabajo que se realiza con el motivo de ampliar de nuestros conocimientos y que podamos conocer como la epidemiología nutricional se incluye en nuestra vida y así a continuación hablaremos de los temas relacionados con la epidemiología nutricional.

Con lo comprendido del tema la nutrición se habla que es la ciencia que estudia la forma en que el organismo llega a utilizar la energía de los alimentos para poder mantenerse y poder crecer mediante todo los procesos por las cuales se puede ingerir, digerir, absorber y transportar así como también utiliza para extraer los nutrientes más esenciales para la vida, así como la interacción con la salud y la enfermedad. Lo claro es que la nutrición en la salud pública es la ciencia que estudia las relaciones entre la dieta y la salud así sentar las bases para la ejecución y evaluación de intervenciones nutricionales a nivel comunitario y también en la poblacional con el objetivo de poder mejorar el estado de la salud de toda las poblaciones así como por ejemplo hablando de la obesidad que es claro que es una enfermedad que está relacionado con la nutrición, así hablando es que la nutrición comunitaria es un conjunto de intervenciones que están dado a vinculada con la salud pública que es aplicado en el contexto social y geográfico en una cierta comunidad con el único objetivo de poder potenciar y mejorar el estado nutricional de la comunidad con la forma de un participativo de una elaboración política alimentaria y nutricional, las creaciones de los entornos más favorables, potenciaciones de las acciones de la comunidad así como la reorientación de todo los servicios de las nutriciones, alimentaciones y las restauraciones, las funciones propias en una nutrición comunitaria es poder identificar y evaluar todo los problemas nutricionales de los grupos poblacionales, especialmente los que son de máximo riesgo así también poder asesorar aspectos nutricionales en las saludes publica, así llevar a cabo programas los programas de educaciones nutricionales para estar presente en los medios de comunicaciones sociales en los temas, especialmente en las de dieta y en la salud, el objetivo de aquellas funciones es poder estudiar las relaciones sobre la dieta y la salud desde las perspectivas comunitarias y de la salud pública que podría llegar a contemplar varios abordajes complementarios con el objeto de establecer recomendaciones nutricionales y guías alimentarias basadas en las pruebas científicas sobre las nutricionales

alimentarios y globales y así en la dieta y la salud es un determinado fundamental del estado de salud de los individuos para los nutrientes esenciales que incluyen los minerales las vitaminas, lípidos y así los aminoácidos con cuya ingesta deficiencia para el lugar a los cuadros clínicos que son característicos para las enfermedades carenciales como son los beri-beri que son ocasionado por las deficiencias de la tiamina que eso se trata de la vitamina B1 o también por el raquitismo de la vitamina D así una vez identificado todo los nutrientes esenciales el interés de los investigadores se dirige más a la influencia de la dieta de la actual epidemia de las enfermedades no transmisibles así u ejemplo la obesidad,diabetes,cáncer etc. Los caracteres multicausales son las de la dieta que es de uno más de los múltiples factores de riesgos genéticos, psicosociales infecciosos y del estilo de vida como por ejemplo el tabaquismo así los periodos de latencia que no se conocen con exactitud que en la mayor parte de los casos de la variable de los intereses que pueden ser exposiciones acumuladas a lo largo de muchos años y en las frecuencias congénitas que son las 3 semanas previas sobre el estudio sobre las relaciones entre la ingesta de ácidos grasos saturados así en frecuencia relativamente baja en los efectos de alguna de aquellas enfermedades como ejemplo la del cáncer y las cardiovasculares que son importantes como termino de impacto sobre la mortalidad general de las poblaciones de la prevaecía de las mismas poblaciones generalmente baja y en claro hablamos que estas peculiares confieren al análisis de las relaciones entre la dieta y la salud de una dificultad que han requerido el desarrollo de una variante del método epidemiológico, en la epidemiología nutricional son para conocer más altos alimentarios de la salud y su efecto sobre las frecuencias y distribuciones de las enfermedades de la población para contribuir al diseño de las intervenciones nutricionales efectivas de la complejidad de la naturaleza de la dieta que supone un reto particularmente difícil para las disciplinas que por un lado es sobre las exposiciones a los factores de los diabéticos que no son caracterizados como un presente o ausente sino que son como variables continuas que identifica en el tiempo por el contrario los patrones diabéticos son evolucionados habitualmente a lo largo de los años que esto llegan a representar en serio obstáculo para el desarrollo de los métodos precisos y baratos de las mediciones de la dieta así como también los cuestionarios de consumo de alimentos saludables que así por otro lado los alimentos son una mezcla compleja de sustancias químicas que llegan a competir, antagonizar o alterar la biodisponibilidad de cualquier tipo de nutrientes, así los demás problemas son presencia concomitante de sustancias beneficiosas y perjudiciales para la salud en un mismo alimento como ejemplo la de los pescados azules que son ricos en ácidos grasos en omega 3 que aquellos son muy importantes en un

embarazo y en lactancia adecuado para el desarrollo del cerebro del feto y del lactante pero sin embargo los de mayor tamaño que son como el pez espada, la caballa o el atún que aquellos contienen más cantidades de altas en mercurio que es un metal contaminante que puede llegar a dañar el sistema nervioso en el desarrollo del feto o del niño que llega a provocar una mengua en su capacidad intelectual y cognitiva así otro ejemplo es el huevo que es desacreditado hace muchos años por su alto en colesterol a pesar de las escasas evidencias directas de su relación a la enfermedad cardiovascular sin embargo son pobres en grasas saturadas en una fuente rica de proteínas de alta calidad y de fácil digestión que aquello contiene todo tipo de espectro de aminoácidos esenciales en vitaminas y minerales así como también en azufre, hierro y fósforo, esto es una amplia disponibilidad de productos alimentarios ultra procesados que aquellos son los que son pobres en nutrientes y que son con contenido alto en grasa que esto por lo regular son bajo en precios así junto con estrategias de marketing intensivas para poder llegar a promocionar el consumo y esto como consecuencia de las progresivas occidentalizaciones de todas nuestras dietas así como junto con todos los factores de riesgos, para poder combatir estas situaciones son imprescindible poner en marcha las intervenciones nutricionales a todo el nivel comunitario para que estos sean efectivos se requieren unas series de condiciones así como primer lugar es muy necesario conocer las características sociodemográficas de todos los grupos de poblaciones o comunitarios a los que van dirigidas a las intervenciones y sus hábitos diabéticos, en segundo lugar se debe de analizar las claves que han condicionado la adquisición y mantenimientos de los patrones alimentarios y las barreras físicas sociales y culturales aunque en el trabajo a nivel comunitario se permite adaptar las intervenciones nutricionales a las idiosincrasias de cada comunidad en particular la gran parte de los factores ambientales que condicionan nuestras alimentaciones que son comunes entre estos cabe destacar el sistema agroalimentario de la producción y distribución de alimentos y bebidas de la determinación de los precios de los productos de publicidad intensivas de la mayor o menor accesibilidad a determinantes productos de las publicidades intensivas y la defensa de la salud pública y los intereses privados del tipo económico de las industrias alimentarias y de las publicidades y así los estudios aplicados en la epidemiología podemos considerar a la ciencia como las observaciones y experimentaciones sistemáticas para poder explicar y poder predecir los fenómenos naturales y sociales con el propósito de establecer ampliar o confirmar los conocimientos y esto se usa para establecer inferencias lógicas y contrarrestar hipótesis para llegar a las conclusiones generalizadas expresadas mediante leyes y principios contrarrestables y para las investigaciones que proporcionan informaciones

con unos grados distintos de calidad de la selección de tipo de estudios epidemiológicos dependiendo el primer lugar de la naturaleza de las preguntas de las investigaciones que se plantean, básicamente hay 2 tipos de clasificaciones de los estudios epidemiológicos que en primer lugar esta las clasificaciones basadas en el control que contiene el investigador que determina de quienes van a recibir las intervenciones que se requieren llegar a estudiar según el criterio de los estudios epidemiológicos que se dividen en clases de los estudios experimentales y causas experimentales quienes recibirán intervenciones que miden sus efectos al cabo del tiempo, en una segunda clasificación de los estudios epidemiológicos que se plantean hipótesis de relaciones causas y efectos de como suceden en los estudios analíticos así como se plantean así en como suceden en los estudios descriptivos que esto sin embargo estas clasificaciones no captan todo por completo las complejidades de todo los diseños de alguno de los estudios clasificados habitualmente como descriptivos en los estudios ecológicos y transversales.

**Conclusión:** en la epidemiología nutricional es algo muy necesario porque es utilizado para poder llegar a conocer toda las condiciones nutricionales de toda la salud así hablando sobre todo los efectos y las distribuciones de toda las enfermedades que se pueden llegar a presentar en una población o comunitarias por causas de algunas malas alimentaciones como por ejemplo lo hablado del tema que son los alimentos procesados por eso es muy importante las epidemiología nutricional porque en ello nos enfocamos a todo los alimentos nutricionales