



**Mi Universidad**

## **ENSAYO**

*Nombre del Alumno: Fátima Guadalupe Aguilar Vázquez*

*Nombre del tema: Limitaciones Y Sesgos En La Epidemiología Nutricional*

*Parcial: Tercero*

*Nombre de la Materia: Epidemiología*

*Nombre del profesor: Felipa Nidia Paola Acuña Méndez*

*Nombre de la Licenciatura: Nutrición*

*Cuatrimestre: Sexto*

# INDICE

<b>INTRODUCCION.....</b>	<b>3</b>
<b>DESARROLLO.....</b>	<b>4</b>
<b>CONCLUSION.....</b>	<b>5</b>

## INTRODUCCION

**En epidemiología nutricional es fundamental una correcta valoración del consumo alimentario, tanto para poder describirlo como para estimar su efecto sobre la salud. Sin embargo, es bien conocido que su valoración es compleja y no está exenta de importantes limitaciones. Por ello, para obtener datos de calidad se debe prestar datos de consumo se dispone de diferentes métodos de valoración de consumo alimentario que han sido aceptados internacionalmente como métodos adecuados para valorar el consumo alimentario individual, con sus ventajas, limitaciones y características específicas. Entre ellos podemos nombrar a los diferentes Registros Alimentarios, al Recuerdo de 24 h, a la Historia Dietética y a los Cuestionarios de Frecuencia de Consumo de Alimentos.**

## DESARROLLO

La epidemiología nutricional estudia la relación que existe entre la nutrición y la epidemiología; es decir, cómo los patrones alimentarios pueden influir en la salud de determinadas poblaciones o, por ejemplo, la prevalencia de un determinado trastorno. Los estudios de epidemiología de la nutrición pueden servir a los profesionales sanitarios para estudiar los patrones alimentarios de las poblaciones y diseñar estrategias de salud pública, cuyo objetivo final sea disminuir las tasas de mortalidad, además de prevenir el desarrollo de este tipo de enfermedades. Así, la promoción de estilos de vida saludable basados en una alimentación rica, equilibrada y variada, y en la realización de actividad física es uno de los objetivos principales de las estrategias de salud poblacional. Para ello, los estudios de epidemiología nutricional pueden servir de gran ayuda. Además, se sabe que un tercio de los factores de riesgo implicados en las enfermedades no transmisibles son consecuencia de la dieta. Actualmente, la primera causa de muerte de los españoles son las afecciones cardiovasculares. Esto es, enfermedades no transmisibles y prevenibles en las que la dieta tienen una gran influencia. De hecho, si es inadecuada, puede acelerar la aparición de patologías que, de otra forma, no surgirían en el paciente, o bien no las desarrollaría.

El objetivo último de la epidemiología es controlar los problemas de salud. Para ello, la epidemiología genera información en tres campos:

Sobre la historia natural de las enfermedades y la eficacia de medidas preventivas y curativas que pretenden modificar dicha historia de forma más favorable para el ser humano. Para formular, ejecutar y evaluar planes y programas de salud que mejoren el nivel de salud de las poblaciones. Para mejorar el proceso de toma de decisiones clínicas, dirigidas a mejorar la salud de sujetos enfermos y al desarrollo de protocolos o guías clínicas.

## CONCLUSION

La epidemiología nutricional estudia la relación entre la dieta y la salud desde una perspectiva poblacional, es decir, la proporción de individuos que presentan un determinado trastorno (prevalencia) y la frecuencia de aparición de nuevos casos (incidencia). El análisis nutricional de la dieta y el estudio de los hábitos alimentarios y otros fenómenos relacionados con la salud, como los factores físicos, biológicos, sociales o culturales, permiten intervenciones preventivas y de promoción de la salud más efectivas.