



Mi Universidad

Súper nota

NOMBRE DEL ALUMNO: Liliana Tomas Morales

TEMA: EPIDEMIOLOGIA DE LA NUTRICIÓN.

PARCIAL: 2

MATERIA: Epidemiologia

NOMBRE DEL PROFESOR: Lic. Rubén Eduardo Domínguez

LICENCIATURA: Enfermería

CUATRIMESTRE: 4

EPIDEMIOLOGIA DE LA NUTRICIÓN.

En esta actividad hablaremos acerca de la salud pública que tiene como ciencia prevenir enfermedades, para nuestra vida y la realización de promoción a la salud a través de los esfuerzos organizados de la sociedad. Así como también los hábitos saludables, como su alimentación, su actividad física y su dieta, ya que si no se lleva a cabo un buen hábito en nuestra vida a nivel poblacional, nos puede traer ciertas enfermedades en nuestro organismo, también ciertas enfermedades en el desarrollo del embarazo y del feto y como prevenir las enfermedades. Eso es nutrición. Ciencia que estudia cómo el cuerpo utiliza la energía de los alimentos para mantenerse y crecer a través del análisis de los procesos mediante los cuales digiere, absorbe, transporta, utiliza y extrae nutrientes vitales y su interacción con la salud y la enfermedad. El objetivo es mejorar la salud de la población. La pandemia de obesidad, una enfermedad muy ligada a la dieta, los ejemplos paradigmáticos del carácter multidisciplinario e intersectorial de la salud pública. La obesidad era considerada una enfermedad endocrina glandular, se deben tener en cuenta algunos factores de riesgo personales, como los hábitos alimentarios y de bebida así como actividad física y entra así en el campo de la medicina preventiva, que centra sus esfuerzos en factores biomédicos individuales, como la ingesta de calorías o la falta de ejercicio, y ambiente familiar. La salud pública va más allá y tiene en cuenta factores ambientales, sociales y culturales. Influir en las preferencias alimentarias y los hábitos de vida.

La nutrición comunitaria es un conjunto de actividades nutricionales relacionadas con la salud pública, que se aplican en el contexto social y geográfico de una comunidad, con el objetivo de mejorar y mejorar su estado nutricional utilizando un enfoque de equipo y cinco componentes complementarios: desarrollo de políticas de alimentación y nutrición, creación de condiciones entorno propicio, capacitación en habilidades individuales, empoderamiento comunitario y reorientar los servicios de nutrición, alimentación.

Identificar y evaluar los problemas nutricionales de los grupos de población, especialmente riesgosos, asesoramiento sobre aspectos nutricionales de la política de salud pública, desarrollar programas de formación e información para actividades de nutrición y alimentación en la sociedad y realizar programas de educación nutricional y estar presente en los medios de comunicación social en temas de nutrición y salud.

El propósito de este capítulo es explorar la relación entre nutrición y salud desde la perspectiva comunitaria y de salud pública que involucra múltiples enfoques

complementarios para desarrollar directrices dietéticas y recomendaciones dietéticas basadas en evidencia científica sólida sobre causa y efecto.

La dieta es un factor fundamental para determinar la salud de una persona, los nutrientes esenciales incluyen minerales, vitaminas, lípidos y aminoácidos, cuya ingesta insuficiente conduce a Causa síntomas clínicos característicos de enfermedades por deficiencia de vitaminas. Una vez que se identifican los nutrientes esenciales, el interés de la investigación se centró en el impacto de la nutrición en la actual epidemia de enfermedades no transmisibles, como enfermedades cardiovasculares, obesidad, diabetes, cáncer, demencia, osteoporosis y defectos del desarrollo.

Las enfermedades cardiovasculares pueden ser causadas por un exceso de ácidos grasos saturados, de productos lácteos y cárnicos, como una ingesta insuficiente, este tipo de ácido graso está presente en la dieta de todos los individuos esta característica proporciona un análisis de la relación entre dieta y salud.

Las condiciones nutricionales y los patrones alimentarios en la salud y su impacto en la frecuencia y distribución de enfermedades en la población, la complejidad de la naturaleza de los patrones alimentarios representa un un reto muy difícil para esta disciplina, por un lado la exposición a factores dietéticos no puede clasificarse como actual o presente, sino como una variable continua a la que pertenecen todos o la mayoría de los individuos expuestos en mayor o menor grado y el rango de variación suele ser estrecho. Además, los individuos rara vez hacen cambios claros en su dieta. Por otro lado, la comida es una mezcla compleja de Sustancias químicas que pueden competir, antagonizar o alterar su biodisponibilidad nutrientes contenidos, por lo que no es posible una predicción fiable.

El efecto de un alimento depende de su contenido de un nutriente particular. Por ejemplo verduras, cereales y legumbres. Contienen mucho calcio, pero también ácidos fítics (Legumbres) y ácido oxálico (espinacas), que impiden que el calcio se absorba adecuadamente en la dieta. Otro problema es la presencia simultánea de sustancias beneficiosas y nocivas para la salud. en la misma comida. Por ejemplo, el pescado graso es rico en ácidos grasos. Omega-3, importante durante el embarazo y la lactancia para el correcto desarrollo del Cerebro fetal e infantil. El estudio de la relación entre dieta y salud puede abordarse desde una perspectiva nutricional, en función de la composición química de la dieta, alimentaria en función de su contenido de alimentos. Cada una de estas alternativas tiene sus propias fortalezas y debilidades que determinan su mayor o menor utilidad para

analizar el efecto de la dieta en función de la hipótesis de investigación que se plantee en cada momento.

La epidemiología nutricional, mediante el estudio de las relaciones causales entre los diversos componentes de la dieta y los estados de salud-enfermedad, proporciona los conocimientos científicos que sirven de base para la elaboración de recomendaciones dietéticas, objetivos nutricionales y guías alimentarias. Sin embargo, con frecuencia los hábitos dietéticos de la población se alejan mucho de las recomendaciones de los expertos en nutrición. Para combatir esta situación es imprescindible poner en marcha intervenciones nutricionales a nivel comunitario. Y para que estas intervenciones sean efectivas, se requieren una serie de condiciones. En primer lugar, es necesario conocer las características sociodemográficas de los grupos de población o comunidades a las que van dirigidas las intervenciones y sus hábitos dietéticos. En segundo lugar, se deben analizar las claves que han condicionado la adquisición y mantenimiento de los patrones alimentarios a las que se tiene que enfrentar cada comunidad para la modificación de los mismos. Y en tercer lugar, hay que tener en cuenta los intereses y preferencias de la población y hacerla partícipe en el diseño y la implementación de la intervención.

La elección del tipo de estudio epidemiológico depende de Primero, la naturaleza de la pregunta de investigación planteada, Problemas, diagnóstico, tratamiento, pronóstico, etiología, efectos secundarios. suelen requerir desarrollo otro. En segundo lugar, la elección del diseño depende de consideraciones prácticas. ya que la disponibilidad de recursos humanos y materiales y las consideraciones éticas no son Pueden realizar experimentos para comprobar si una sustancia es nociva. Por lo tanto debemos conocer las ventajas y desventajas de cada tipo de estudio en relación con pregunta de investigación específica. Según este criterio, los estudios epidemiológicos se dividen en dos clases: estudios experimentales y cuasiexperimentales.

Existen varios estudios ecológicos al respecto, han examinado la relación entre variables nutricionales y determinadas enfermedades. Por ejemplo, la relación entre el consumo de carne y la aparición de cáncer de colon. Asociación entre las tasas de mortalidad a 10 años por enfermedad coronaria y la Porcentaje de calorías dietéticas aportadas por grasas saturadas en quince Regiones del mundo, la relación entre la ingesta de grasas en la dieta y la tasa de incidencia de el cáncer de mama en varios países. En consecuencia, no es posible establecer una relación causal clara entre la exposición y enfermedad, la supuesta relación causal podría verse confundida por muchos factores relacionados. Sin embargo, los estudios

ecológicos también pueden resultar útiles para otros fines además de Permitir que se hagan inferencias a nivel de grupo puede ayudar a formular hipótesis causales a nivel individual que sería difícil de formular en estudios individuales. Una población excede el umbral requerido para producir hipertensión arterial, es decir la relación entre el consumo de sal y la hipertensión no quedará clara en este estudio individual, sino en estudios ecológicos.

Lo mismo se puede aplicar también al consumo de Grasa. Este tipo es un estudio clásico de casos y controles. No pudieron determinar la prevalencia o incidencia de enfermedades y el objetivo es una comparación de las medidas relativas de las tasas de incidencia de enfermedades cierta exposición entre personas enfermas y sanas. Las cohortes (estudios de casos y controles anidados) se caracterizan porque seleccionan controles a través del muestreo de densidad de incidentes, es decir, cuando ocurre un caso, ocurre Los controles se seleccionaron entre los sujetos de la cohorte en riesgo. presentando la enfermedad. Estima la proporción de tasas de incidencia en una población, fuentes y, al igual que el diseño del grupo de casos, no requiere ninguna suposición enfermedades raras, a diferencia de los diseños de casos y controles basados en casos. Ya que esto tiene como objetivo educar e informar a las comunidades o población para que puedan evitar las ciertas enfermedades así como dar los factores de riesgos para que ellos puedan prevenir ya que eso es el objetivo prevenir las enfermedades como obesidad, hipertencion.

FUENTE:

Antología