



Super Nota

Nombre del Alumno : Dana Paola Romero Hernández

Nombre del tema : Epidemiología De La Nutrición

Parcial : 1er Parcial

Nombre de la Materia : Epidemiología

Nombre del profesor : Jaime Heleria Cerón

Nombre de la Licenciatura : Enfermería

Cuatrimestre : Cuarto Cuatrimestre

LA NUTRICIÓN COMUNITARIA

CONCEPTO

- *Conjunto de intervenciones nutricionales vinculadas a la salud pública.
- *Se aplican en el contexto social y geográfico de una comunidad.
- *Al objeto de potenciar y mejorar su estado nutricional.



OBJETIVO

- *Estudiar la relación entre dieta y salud desde la perspectiva comunitaria y de salud pública
- *Al objeto de establecer recomendaciones nutricionales y guías alimentarias basadas en pruebas científicas sólidas sobre relaciones causales
- *Proponer políticas e intervenciones nutricionales efectivas y orientadas a los intereses y preferencias de las comunidades a las que van dirigidas.



FUNCIONES

- *Identificar y evaluar los problemas nutricionales de los grupos poblacionales, especialmente los de riesgo, mediante el diseño, ejecución e interpretación de estudios que conduzcan a este fin
- *Asesorar sobre aspectos nutricionales en las políticas de salud pública.
- *Desarrollar programas de formación e información para profesionales implicados en actividades de nutrición y alimentación en la comunidad.
- *Llevar a cabo programas de educación nutricional y estar presentes en los medios de comunicación social en temas de dieta y salud.



DIETA Y SALUD

CONCEPTO

La dieta es un determinante fundamental del estado de salud de los individuos. Los nutrientes esenciales incluyen minerales, vitaminas, lípidos y aminoácidos.



CARACTERÍSTICAS DE LAS ETN PARA DILUCIDAR LA DIETA EN SU DESARROLLO

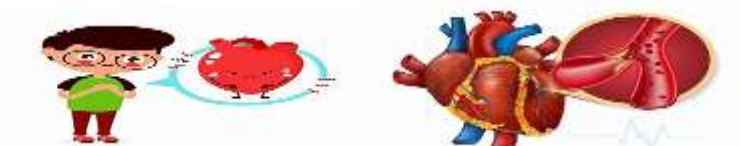
1. Carácter multi-causal: La dieta es uno más de sus múltiples factores de riesgo (genéticos, psicosociales, ocupacionales, infecciosos y estilos de vida, como el tabaquismo, el sedentarismo o el consumo de alcohol y otras drogas).

2. Los períodos de latencia: No se conocen con exactitud, pero en la mayor parte de los casos la variable de interés puede ser la exposición acumulada a lo largo de muchos años.

3. Frecuencia relativamente baja: Aunque el efecto de algunas de estas enfermedades, como el cáncer y las cardiovasculares, es muy importante en términos de impacto sobre la mortalidad general de la población.

4. Carácter irreversible o difícilmente reversible: La irreversibilidad de algunas de estas condiciones supone un inconveniente añadido al analizar el efecto de la dieta sobre las mismas.

5. Causadas tanto por exceso como por defecto en la ingesta: 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.



EPIDEMIOLOGÍA NUTRICIONAL

CONCEPTO

Para conocer los condicionantes nutricionales y alimentarios de la salud y su efecto sobre la frecuencia y distribución de las enfermedades en la población, contribuyendo al diseño de intervenciones nutricionales efectivas. La complejidad de la naturaleza de la dieta supone un reto particularmente difícil para esta disciplina.



FACTORES DIETETICOS

No puede caracterizarse como presente o ausente, sino como variables continuas, donde todos o la mayor parte de los individuos están expuestos en mayor o menor grado y cuyo rango de variación es con frecuencia estrecho.



LOS ALIMENTOS

Son una mezcla compleja de sustancias químicas, que pueden competir, antagonizar o alterar la biodisponibilidad de cualquier nutriente contenido en los mismos, por lo que no es posible prever con seguridad los efectos de un alimento en base a su contenido de un nutriente en concreto, ya que la ingesta del mismo puede modificar la absorción, metabolismo o requerimientos de otro nutriente, creando una interacción biológica.



SUSTANCIAS BENEFICIOSAS Y PERJUDICIALES EN UN MISMO ALIMENTO

Por ejemplo, los pescados azules son ricos en ácidos grasos omega-3, importantes durante el embarazo y la lactancia. Sin embargo, los de mayor tamaño contienen cantidades altas de mercurio, un metal contaminante que puede dañar el sistema nervioso en desarrollo de fetos y niños provocando una mengua en su capacidad intelectual y cognitiva.

