



Ensayo

Nombre del Alumno: Jazmín Bernabé Galicia

Nombre del tema: Valoración alimentaria

Parcial: 4º

Nombre de la Materia: Epidemiología

Nombre del profesor: María de los Ángeles Venegas castro

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: 6to

Introducción:

Al momento de realizar una investigación de cualquier tipo, siempre vamos a necesitar recopilar datos, para ello existen diversas herramientas de las que podemos apoyarnos y podemos utilizarlas para que la recolección de datos sea fácil, clara y relativamente rápida, existen diversas herramientas como entrevistas, o un método muy común como lo son las encuestas, a través de las encuestas podemos obtener información clara y concisa que deseamos saber, se le realizan diferentes preguntas a los encuestados para obtener los datos que deseamos obtener, debemos ser claros con las preguntas, es decir, que sean preguntas entendibles y de este modo sea fácil tanto para el encuestador como para el encuestado, las encuestas deben tener una buena estructura para que puedan cumplir su objetivo, y poder tener un buen resultado al momento de juntar todos los datos que recopilamos, las encuestas pueden ser de varios tipos, pueden ser: personalmente, por teléfono, o bien por correo, aunque las encuestas pueden dar sesgos en la investigación, ya que no sabremos si los datos que nos refiere el encuestado son 100% confiables y verídicos, también existe el riesgo de que al momento de realizar las encuestas, haya algún tipo de oposición o rechazo por parte del encuestado, o también puede existir mala práctica por parte del encuestador al momento de realizar las encuestas.

Desarrollo:

Las encuestas son un método muy común en el cual es muy fácil la obtención de datos, podemos saber diferentes datos, como gustos, opiniones que tienen las personas respecto a un tema en específico, algunos intereses de las personas, que piensan acerca de temas políticos o sociales, para realizar encuestas es importante tener un tema base del cual queremos obtener información, podemos interesarnos en distintos temas, temas de salud pública, temas relacionados a gustos en deporte, cultura, comidas, etc. Siempre se debe ser respetuoso y claro al momento de realizar una encuesta, las encuestas tienen ventajas sobre otros métodos de recolección de datos, ya que son sencillos de aplicar, y nos ofrecen información concisa con pocas preguntas, las preguntas deben ser relacionadas con el tema específico para que al encuestado no se le dificulte al momento de contestarnos las preguntas, las encuestas tienen ventajas y desventajas, una de estas podría ser que el encuestado no nos diga datos verídicos

y esto altere nuestros resultados, y una ventaja muy grandes es que es muy practica y facil de llevar a cabo.

Al momento de juntar todos los resultados obtenidos se deben tomar en cuenta distintos puntos que se deben cumplir para que los datos sean completamente validos y confiables, cuando hablamos de que los datos sean confiables nos referimos a que la confiabilidad de un instrumento de medición se relaciona con la consistencia de los resultados al aplicarlo repetidamente al mismo sujeto, objeto, ó dato; y cuando hablamos sobre la validez que deben tener los datos nos referimos a que es la precisión de la medición de una variable por un instrumento u método específico.

Diseñar estrategias o proyectos son parte de la investigación, en nutrición las politicas y programas tienen objetivos nutricionales claros, tienen un monitoreo de seguimiento, se encargan de mejorar el conocimiento que se tiene sobre estas y tambien si se llevan a cabo, tienen la finalidad de garantizar la seguridad alimentaria, asi como también reducir la perdida de alimentos en la producción, las actividades primarias son las principales herramientas para erradicar la malnutrición, con la mejora de las dietas y al mismo tiempo dandoles un ingreso financiero.

Una alimentación saludable esta destinada a cumplir con todas las necesidades de las personas, y a la vez con las leyes de alimentación que impone la nutrición que nos dice que los alimentos deben ser variados, completos, equilibrados, inocuos y suficientes para cada persona, su requerimiento dependera también en que etapa de la vida se encuentra ya que en base a esto cambian muchas cosas.

Conclusión:

Podemos realizar una investigacion, relacionando ambos temas, tendríamos como herramienta el uso de las encuestas, y como tema de investigación la prevalencia que hay de desnutrición, malnutrición, obesidad, en una población específica, con ayuda de las encuestas podríamos saber cuál es el estilo de vida que tienen, los hábitos que siguen, o de acuerdo a la localidad/ lugar donde se encuentren que alimentos son los que mas consumen, o cuales son los de mas fácil acceso para su alimentación diaria.

BIBLIOGRAFÍA:

Universidad del Sureste. (2024). libro de epidemiología [Archivo PDF].