



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Zhulma Alejandra ramirez rodas

Parcial: I

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: Sexto

Alimentación Saludable

PARA CRECER SANOS

Tener una alimentación saludable significa que los niños coman una variedad de alimentos para que reciba todos los nutrientes para obtener un crecimiento normal

- Proteínas
- Carbohidratos
- Minerales
- Grasas
- Vitaminas



Debe ofrecer alternativas alimentos nutritivos en las comidas-refrigerios.

Apoye los hábitos alimenticios de su hijo/a de la siguiente manera:

Tomar más agua natural



Comer en familia con la mayor frecuencia posible, haciendo de las comidas un momento agradable.



Comer granos o productos integrales

Haga que las horas para comer sean bastante previsibles.

SALUD PUBLICA

EPIDEMIOLOGIA



ES LA CIENCIA

encargada del estudio de la frecuencia y distribución de los fenómenos que afectan a la población y las condiciones que favorecen su presencia.

PERSPECTIVA POBLACIONAL

Investiga la distribución, frecuencia y los determinantes de la enfermedad, las consecuencias incluyendo los marcadores, aquellos determinantes de los riesgos para la salud y el impacto para así poder atender el problema.



OBJETIVOS

Describe las condiciones de salud de la población para explicar las causas de enfermedad, predecir el volumen de enfermedades que ocurrirán y de esta forma prolongar la vida sana mediante el control de las enfermedades y generar métodos de abordaje.

AREAS DE LA EPIDEMIOLOGIA

1. Epidemiología descriptiva: estudia la distribución y frecuencia de la salud y de la enfermedad en relación a la persona, tiempo y lugar.
2. Epidemiología analítica: estudia los posibles factores causales que determinan la distribución de la enfermedad e interpreta.
3. Epidemiología experimental: se ocupa de realizar estudios en animales de laboratorios y estudio experimental con poblaciones humanas.



CARACTERISTICAS

Contempla:
 ¿Quién es el afectado?
 ¿Dónde están los casos?
 ¿Cuándo ocurrieron?
 Análisis de P-L-T = formulación de hipótesis sobre la causa, mecanismos de adquisición y métodos de transmisión, también intervenciones de prevención y control.

TOMA EN CUENTA...

Tiempo: establecimiento sistemático de momentos, intervalos, periodos. Como las tendencias seculares, cambios cíclicos y tendencias estacionales, así como las fluctuaciones a corto plazo.
Lugar: área geográfica, sitio de ocurrencia.
Persona: características individuales que se presentan durante un evento de salud o enfermedad.

