

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

**ALUMNA: MARCIA SOFÍA
HERNÁNDEZ MORALES**

**DRA.: LUZ ELENA
CERVANTES MONROY**

**ASIGNATURA:
EPIDEMIOLOGÍA**

**TIPO DE TRABAJO: SUPER
NOTA**

UNIDAD IV

**LICENCIATURA EN
NUTRICIÓN**

**COMITÁN DE DOMÍNGUEZ,
CHIAPAS.**





Valoración

Alimentaria

Epidemiología

Encuestas

Métodos más utilizados en la investigación de mercados debido, fundamentalmente, a que a través de las encuestas se puede recoger gran cantidad de datos tales como actitudes, intereses, opiniones, conocimiento, comportamiento.



Capacitación de información a través de encuestas

Se realiza con la colaboración expresa de los individuos encuestados y utilizando un cuestionario estructurado como instrumento para la recogida de la información.

Encuesta

Procedimiento utilizado en la investigación de mercados para obtener información mediante preguntas dirigidas a una muestra de individuos representativa de la población o universo.

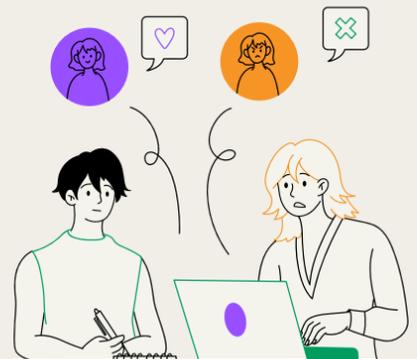


Ventaja de la encuesta

La principal ventaja de la encuesta frente a otras técnicas es su versatilidad o capacidad para recoger datos sobre una amplia gama de necesidades de información.

Encuestado

Puede ser incapaz de aportar la información requerida por múltiples motivos (que no recuerde hechos, no los conozca, no distinga entre diferentes situaciones, etc.).





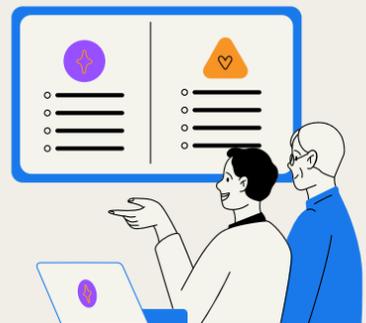
Valoración

Alimentaria

Epidemiología

Proceso de interrogación

Puede influir en las respuestas del encuestado por cansancio en el interrogatorio cuando se trata de encuestas excesivamente largas, por dar respuestas socialmente aceptadas, etc.

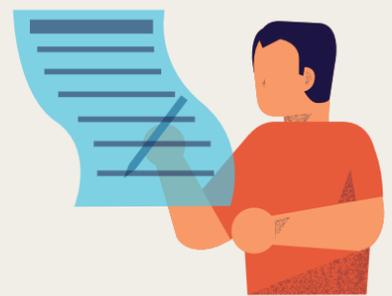


Tipos de encuesta

Personalmente
Teléfono
Correo

Encuesta personal

Las preguntas se formulan en un encuentro directo entre encuestado y encuestador.



Encuesta telefónica

La situación es similar salvo que la comunicación se realiza mediante el teléfono.

Encuesta por correo

Se solicita a los encuestados que cumplimenten y devuelvan el cuestionario que se les envía por correo.





Valoración

Alimentaria

Epidemiología

Encuesta personal

Consiste en una entrevista personal que se establece entre dos personas, a iniciativa del entrevistador, para obtener información sobre unos objetivos determinados.



Encuesta telefónica

Es un método cuya utilización va en aumento en los últimos años a medida que se incrementa el número de hogares con teléfono y mejora, por tanto, su representatividad.

Encuesta postal

Consiste en el envío por correo de un cuestionario a las personas que constituyen la muestra con la esperanza de que por la misma vía lo devuelvan cumplimentado.



Contenido de un cuestionario

Las preguntas deben estar formuladas de una forma clara y concisa, y deben ser cerradas o semiabiertas, procurando que la respuesta no sea ambigua.

Medición

Es el proceso de vincular conceptos abstractos con indicadores empíricos, el cual se realiza mediante un plan explícito y organizado para clasificar los datos disponibles.





Valoración

Alimentaria

Epidemiología

Requisitos de la medición

Confiabilidad y validez.



Confiabilidad

Grado en que su aplicación repetida al mismo sujeto u objeto produce resultados iguales.

Validez

Se refiere al grado en que un instrumento realmente mide la variable que pretende medir.



Políticas de alimentación y programas agrícolas

Contribuyen al establecimiento de objetivos nutricionales claros, al monitoreo del impacto que los mismos tienen en la nutrición, la mejora del conocimiento y de las prácticas nutricionales.

Alimentación saludable

Es aquella que aporta a cada individuo todos los alimentos necesarios para cubrir sus necesidades nutricionales, en las diferentes etapas de la vida (infancia, adolescencia, edad adulta y envejecimiento), y en situación de salud.





Valoración

Alimentaria

Epidemiología

Requerimientos nutricionales

En función de su edad, sexo, talla, actividad física que desarrolla y estado de salud o enfermedad.

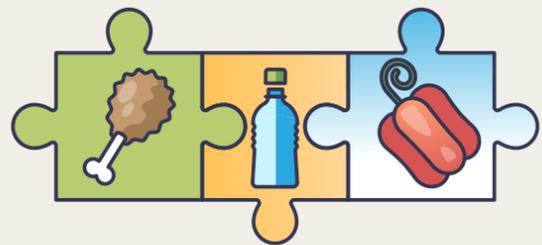


Estilo de vida saludable

Elegir una alimentación equilibrada, realizar actividad, o ejercicio físico de forma regular (como mínimo caminar al menos 30 minutos al día) y evitar fumar y tomar bebidas alcohólicas de alta graduación.

Características de una alimentación saludable

CH: 55-60%
LP: 25-30%
PT: 15-20%
Agua: 1.5-2 Lts.



Características de una alimentación saludable

Tiene que ser suficiente y adaptada a la edad, al sexo, a la talla, a la actividad física que se realiza, al trabajo que desarrolla la persona y a su estado de salud.

Características de una alimentación saludable

Tiene que ser variada: debe contener diferentes alimentos de cada uno de los grupos (lácteos, frutas, verduras y hortalizas, cereales, legumbres, carnes y aves, pescados, etc.).



BIBLIOGRAFÍA

- **Universidad del Sureste. 2025. Antología de Epidemiología. PDF. <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/faf1188539628c0d942ff688b6d50747-LC-LNU605.pdf>**

