

Artículos De Revisión Bibliográfica.

Elementos necesarios para la evaluación del estado nutricional de la población.

Lic. Nutr. Benigno Emilio Nogueira del Castillo.

Indicadores directos:

De los elementos que más se utilizan para conocerla situación alimentaria y nutricional en el país se cuenta con las encuestas, que nos permiten una mejor visión de la problemática de alimentación y nutrición, junto con la disponibilidad de alimentos; por lo tanto, por su estructuración podemos manejarlas como "evaluaciones transversales", en situaciones determinadas.

Las encuestas nos proporcionan información rápida y, si son manejadas con buenas técnicas, la información que nos brindan puede ser confiable, en lo que se refiere a los factores de riesgo que están presentes en una comunidad aunque es necesario el señalar que se tiene una limitante, ya que al ser instrumentos de corte transversal no proporcionan las tendencias y normalmente no se consideran factores que provocan los problemas.

Las encuestas tienen limitantes:

* No hay una encuesta que pueda ser aplicada a toda la población mexicana y que sea representativa de la misma; solamente se presentan resultados parciales de diferentes regiones y grupos de población. Normalmente se aplican en áreas rurales y en donde la pobreza extrema y el estado de salud de la población está comprometido. Se cuenta con menor información de otros estratos sociales, como son en las zonas urbanas y suburbanas. Por esta razón, la encuesta sólo nos proporciona información de zonas o grupos determinados.

* No hay un acuerdo sobre las metodologías aplicadas, por lo que resulta difícil la comparación entre sí y con encuestas Internacionales. Se deben considerar también aspectos tales como:

que el país está dividido en regiones con características que limitan las comparaciones entre ellas.

* Tampoco se han realizado en forma periódica, por lo que no se presenta el seguimiento de programas o de las actividades de salud.

Para lograr un diagnóstico de la situación alimentaria y nutricional del país, es necesario disponer de mecanismos que conformen un instrumento viable y confiable, que nos permita conocer la información acerca de la disponibilidad y consumo de alimentos de una persona o de una comunidad, de acuerdo con los diferentes grupos sociales y económicos que la componen. Al analizar cada uno de estos aspectos, se conocerán tipos de alimentación en la población mexicana, y la frecuencia del consumo de alimentos aceptados por la cultura y considerando que, cada uno de ellos proporciona una cierta cantidad de nutrientes, de acuerdo con la calidad de los mismos.

La encuesta, por lo tanto, nos permite analizar los hábitos alimentarios de los diferentes sectores de nuestra población, proporcionando datos acerca del consumo de alimentos y su disponibilidad. Con esta información se puede considerar si la alimentación es de buena, regular o mala calidad, lo cual repercutirá en el estado de salud del individuo o de la colectividad. También ayudará a que el nutriólogo pueda eliminar los malos hábitos o en un momento determinado corregirlos y mejorar la alimentación.

Si se persiguen otros datos que nos ayuden a tener un panorama más amplio de la situación alimentaria y se requiere una mejor evaluación del estado nutricional de la población, lo recomendable

es acudir con el nutriólogo a fin de que él pueda llevar a cabo una exploración física que determine el estado de salud de la persona. Lo más utilizado en consulta son: peso y talla; pero en varias ocasiones es necesario utilizar otras técnicas de diagnóstico nutrición por lo que la antropometría nos proporciona otras mediciones que nos facilitan este proceso. Entre las mediciones que se realizan podemos encontrar: diámetros, circunferencias y pliegues cutáneos.

Además, están los indicadores bioquímicos que nos permiten establecer los cambios más significativos en el equilibrio, control y desequilibrio de los elementos nutrimentales más importantes de nuestro cuerpo.

Indicadores Indirectos:

Los indicadores indirectos son la información que se obtiene a partir de censos de población y de las estadísticas vitales y de salud; también son aquellos datos que hacen referencia a la disponibilidad y accesibilidad de los servicios de salud por parte de la población con relación a datos demográficos, y son elementos que ayudan en las investigaciones que se realizan para conocer el impacto de las acciones en los diferentes sectores de la población.

Cabe destacar que, por ejemplo, las carencias nutricionales influyen de manera directa en las estadísticas de morbilidad y mortalidad por infecciones, en las tasas de mortalidad perinatal, natal y materna, en las esperanzas de vida y en otras estadísticas de salud. Es por ello que, al reunir varias estadísticas vitales y de salud (indicadores indirectos), se pueden detectar los factores de la nutrición sobre las enfermedades infecciosas, así como en la etiología de las enfermedades crónico degenerativas.

Desde el punto de vista de la nutrición, los indicadores de mayor utilidad son:

- a).- tasas de mortalidad por grupo de edad.
- b).- tasas de morbilidad y mortalidad por causas específicas.
- c).- tasas de infecciones por algún defecto en la nutrición.

Bibliografía.

1. Nutriología Médica. Editorial médica Panamericana. 19,20,
2. Krause. Nutrición y dietoterapia. Ed. nteramericana Mc Graw-Hill. 320-1.
3. Ramos Galván R. Alimentación normal del adolescente. teoría y práctica. Ed. Manual Moderno. 686- 7.