



LICENCIATURA: NUTRICIÓN APLICADA
ASIGNATURA: SALUD PÚBLICA Y EPIDEMIOLOGÍA

NÚMERO Y TÍTULO DE LA UNIDAD:

Unidad 3. Determinantes e indicadores de salud.

ACTIVIDAD:

Autorreflexiones U3

ASESOR(A): JAVIER GONZALEZ QUINTANA

ESTUDIANTE:

GUILLERMO DE JESÚS VÁZQUEZ OLIVA

MATRICULA: ES231107260

FECHA DE ENTREGA:

16 de septiembre de 2023



INTRODUCCIÓN

La nutrición es un campo de estudio en constante evolución, en el cual los profesionales de la salud, como los nutricionistas, desempeñan un papel crucial en la promoción y el mantenimiento de la salud de las personas. En este contexto, la comprensión de los determinantes e indicadores de salud se ha convertido en un pilar fundamental para abordar de manera efectiva las necesidades nutricionales de la población. En ese trabajo, se responden varias preguntas planteadas fundamentando las mismas respuestas y dejando aún más en claro la importancia de esta materia.



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

- **Consideras que los contenidos de esta unidad, ¿cubrieron tus expectativas? Si. No. ¿Por qué?**

Considero que los contenidos de esta unidad sí cubrieron mis expectativas. La unidad abordó de manera integral los determinantes e indicadores de salud en relación con la nutrición, lo cual era uno de mis objetivos de aprendizaje. Los materiales proporcionados, las lecturas y las actividades prácticas fueron muy útiles para comprender cómo los factores sociales, económicos, culturales y ambientales influyen en la salud y cómo estos están interconectados con la nutrición. Además, se presentaron datos y evidencia científica actualizada, lo que enriqueció mi comprensión sobre este tema.

- **¿Qué importancia tiene en tu formación como nutriólogo los determinantes e indicadores de salud?**

Los determinantes e indicadores de salud tienen una importancia fundamental en mi formación como nutriólogo. Entender cómo los diferentes factores pueden influir en la salud y la nutrición de las personas me permite abordar de manera más completa las necesidades y los desafíos de mis futuros pacientes. Esto me ayuda a diseñar estrategias de intervención más efectivas y personalizadas, teniendo en cuenta no solo la dieta, sino también el entorno y las circunstancias de vida de las personas.

- **¿Recuerdas las actividades y evidencias realizadas en esta unidad?**

Sí, recuerdo las actividades y evidencias realizadas en esta unidad. Realicé un cuadro sinóptico en los que se evaluaron los determinantes sociales de la salud y su impacto en las decisiones alimentarias de las personas. También participé en debates y discusiones en línea sobre temas relacionados con los indicadores de salud, así como un caso práctico en el que se usaron los indicadores de salud.

- **Menciona la que consideres más relevante para ti, ¿consideras que su realización contribuyó a enriquecer tus conocimientos en lo referente a la materia?**

La actividad que considero más relevante para mí fue el análisis de un caso en particular sobre los determinantes sociales de la salud y su relación con la nutrición. Esta actividad me obligó a aplicar los conceptos teóricos aprendidos en la unidad a situaciones de la vida real. Fue un ejercicio desafiante pero muy enriquecedor, ya que me ayudó a comprender mejor cómo abordar los problemas de salud desde una perspectiva más amplia y considerando factores tanto internos como externos a la dieta.



• **Hemos concluido el estudio de la Unidad 3, ¿Cómo evaluarías tu aprendizaje?**
Argumenta

En cuanto a la evaluación de mi aprendizaje en esta unidad, creo que ha sido positiva. Pude asimilar los conceptos clave y aplicarlos en situaciones prácticas. También mejoré mi capacidad para analizar críticamente la literatura científica relacionada con los determinantes e indicadores de salud en nutrición. A través de las actividades y la participación en foros, pude fortalecer mis habilidades de comunicación y argumentación. En general, considero que esta unidad ha sido una parte valiosa de mi formación como nutriólogo.



CONCLUSIONES

En conclusión, el estudio de los determinantes e indicadores de salud en el contexto de la nutrición se erige como un componente esencial en la formación de los nutricionistas. La comprensión de cómo factores sociales, económicos, culturales y ambientales influyen en la salud y las decisiones alimentarias de las personas es crucial para ofrecer una atención más completa y efectiva. Las actividades y ejercicios prácticos, como el análisis de casos, son herramientas valiosas que enriquecen este proceso de aprendizaje al permitir a los estudiantes aplicar los conceptos teóricos en situaciones del mundo real. En última instancia, esta unidad de estudio ha contribuido a fortalecer los conocimientos y habilidades necesarios para abordar de manera integral los desafíos nutricionales y promover la salud de manera efectiva, preparando a los futuros nutricionistas para enfrentar los complejos problemas de salud de la sociedad.



FUENTES DE CONSULTA

UNADM. (s/f). Determinantes e indicadores de salud. Recuperado el 17 de septiembre de 2023, de

https://dmd.unadmexico.mx/contenidos/DCSBA/BLOQUE1/NA/02/NSPE/unidad_03/descargables/NSPE_U3_Contentido.pdf

Enfermeriacelayane, P. (2018, abril 22). Unidad didáctica 6: Indicadores de nutrición adecuada. Licenciatura en Enfermería y Obstetricia; Sistema Universitario de Multimodalidad Educativa - Universidad de Guanajuato.
<https://blogs.ugto.mx/enfermeriaenlinea/unidad-didactica-6-indicadores-de-nutricion-adeuada/>

Ravasco, P., Anderson, H., & Mardones, F. (2010). Métodos de valoración del estado nutricional. Nutrición hospitalaria: órgano oficial de la Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral, 25, 57–66.
https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112010000900009