

## Presentación



DOI: <https://doi.org/10.52501/cc.392.00.01>

La investigación básica y aplicada ha cobrado importancia a través del tiempo a partir de la evidencia científica y del rigor mostrado en el desarrollo de protocolos que no solo permitan obtener datos, sino también información relevante que contribuya a la resolución de problemáticas de interés para la salud pública y para organismos locales e internacionales, que definen las pautas a seguir en el desarrollo de políticas, estrategias e intervenciones orientadas, siempre, a mejorar la calidad de vida de los diversos grupos de población.

La investigación en alimentación, nutrición y otros factores relacionados con el estado nutricional de un individuo y sus características antropológicas, sociológicas y epidemiológicas, se ha ampliado a partir del estudio de diversas propuestas que conducen a entender mejor que la selección de alimentos saludables, la disponibilidad local o regional, la forma de preparación y la cantidad y distribución en horarios específicos durante el día contribuyen a mantener un estado nutricional adecuado a las necesidades de cada persona o grupo de individuos.

Asimismo, es necesario evaluar el estado nutricional a partir de indicadores antropométricos y de composición corporal, de indicadores bioquímicos, clínicos, dietéticos y ejercicio físico, entre otros aspectos relacionados con el estilo de vida, como son los patrones de sueño, hábitos, conductas y comportamientos alimentarios, incluyendo el autoconcepto; todo esto con el propósito de definir la imagen creada de sí mismos, consciente e inconscientemente.

En la primera sección de este libro se describen los resultados de diversas investigaciones relacionadas con los temas antes mencionados. Dos capítulos refieren la importancia de la composición corporal como factor de riesgo para identificar condiciones de sobrepeso y obesidad en escolares y estudiantes universitarios. Se aborda la percepción de autoconcepto y alimentación en estudiantes de nivel medio, y se identifica la práctica de activación física, la importancia del sueño y la tendencia denominada *mindfulness*, traducida como “atención o conciencia plenas”, que implica la capacidad de contar como seres humanos con actitud de aceptación y apertura para manejar las emociones y disminuir el estrés, cualquiera que sea la causa que lo provoque.

Finalmente, en la segunda sección se presentan varios estudios que promueven el consumo saludable, responsable y sostenible, con la finalidad de promover el consumo de alimentos de producción local de amplio valor nutrimental y considerados como alimentos básicos tradicionales en la gastronomía mexicana.

Por lo tanto, la investigación en los diversos campos de la nutriología debe fundamentarse en aspectos antropológicos, sociológicos, epidemiológicos, epigenéticos, gastronómicos, de innovación y uso de biotecnología, a fin de proveer herramientas a los profesionales de la nutrición en el desarrollo de propuestas de investigación que contribuyan a recuperar la calidad de vida de la población y el uso adecuado de los recursos existentes en materia alimentaria. En nutrición aplicada se deban emplear las metodologías adecuadas de investigación descriptiva observacional y experimentación, para satisfacer las demandas actuales en el estudio de la alimentación y nutrición en diferentes contextos y grupos etarios de la población.