



Alumno: José María silvestre Hernández.

Docente: LN. Daniela Rodríguez Martínez.

Materia: trastornos de la cultura alimentaria.

Grado: octavo cuatrimestre grupo: "A"

Trabajo: reporte de lectura.

Universidad: UDS universidad del sureste, campus Comitán.



1.1 hábitos alimenticios, origen.

Se sabe que la alimentación cumple un rol muy importante y es de vital importancia para el crecimiento y desarrollo humano y llevar una vida saludable, esta acción se da por medio de hábitos que las personas tiene antes o durante de este proceso, cosa que llega a influir de manera muy importante para que se cumpla un buen desarrollo humano.

Esta actividad se realiza en la familia, con las series de enseñanzas y actividades que realizan para la alimentación esto ejerce una fuerza muy grande en la dieta diaria que se tendrá, pero para esto debemos de saber que esto va más allá de eso, existen otra serie de cosas que llegan a influenciar, como los factores socioeconómicos en el que la familia o la persona se encuentra, ya que con ello podemos identificar que alimentos están a su alcance desde su nivel económico, otros de los factores que llegan a determinar, entrando al tema más a profundidad, zona geográfica, religión, usos y costumbres. Un ejemplo muy claro de ello son la religión, ya que existe religiones que no permiten la ingesta de ciertos alimentos, o días que llegan a tener ayunos muy prolongados, la son geográfica, ya que con ellos existen lugares en donde predominan más unos alimentos de otros, las actividades físicas y el trabajo, ya que sabemos que existen persona que tienden a tener trabajos muy largos y llevan a tener una dieta a base de alimentos procesados o alimentos chatarras, lo que nos llevan a tener problemas metabólicos como el sobre peso para luego obesidad, es decir con base a los hábitos alimenticios y todo los factores que puedan influenciar en el, será de suma importancia para el estado nutricional y la condición que tendrá la persona, tanto en una dieta buena y buenas costumbres y hábitos, como malos, con un exceso de algo o la deficiencia de ello. Tanto sobre peso como la desnutrición.

1.2 el alimento y sus dimensiones

El alimento y sus dimensiones, tiene una serie de conceptos o en este caso dimensiones, que van desde las propias de los alimentos a externos, un ejemplo de ella son el sabor, olor, color, consistencia, textura, es decir las series de cosas que determinan a las condiciones del alimento.

La otra dimensión que mencionaba era la económica, la social, física, psíquica, de seguridad alimentaria, de comodidad de uso, pero en este caso hablare más de las propias del alimento.

La fao nos dice que De todas las dimensiones de los alimentos, su inocuidad se destaca como el principal atributo, de ahí nos habla igual de la norma ISO 9000:2000 da una definición bastante amplia, la calidad es el conjunto de propiedades y características de un producto, de un proceso o de un servicio que le confieren su capacidad de satisfacer necesidades implícitas o explícitas. De esta forma se hace hincapié en la preeminencia de las necesidades y el carácter relativo de su satisfacción. En fin son los temas en sí que se tiene para un mejor manejo del alimento o producto y con la finalidad de tener un buen resultado en ellos, la calidad total que se quiere tener.