



*Avance del capítulo II: Origen y evolución*

*Causas de la obesidad en mujeres adultas del  
fraccionamiento Tenam más allá de una mala alimentación*

**Martínez Guillén Julibeth**

PASIÓN POR EDUCAR

Taller de elaboración de tesis

María del Carmen Cordero Gordillo

Noveno cuatrimestre

Licenciatura en nutrición

Comitán de Domínguez Chiapas a 18 de mayo de 2020.

## **CAPÍTULO II: ORIGEN Y EVOLUCIÓN**

### **2.1 Generalidades**

La alimentación ha sido una de las principales preocupaciones del hombre a lo largo de la historia además de ser uno de los factores más importante para el desarrollo de la sociedad y mantenimiento de la economía.

El interés por los alimentos comenzó desde antes del inicio de la civilización y se ha mantenido a través de las distintas épocas, primeramente se hacía con la intención de satisfacer el hambre, sin embargo con el tiempo esto se ha modificado buscando no solo cubrir esta necesidad, sino que también, buscar el valor nutritivo de los distintos alimentos.

La nutrición es tan antigua como la búsqueda de alimento por el hombre, pero la nutrición como una ciencia es más nueva. A pesar que existe un sinfín de conocimiento sobre cómo algunos alimentos ayudan a mejorar la salud del hombre, esto no es suficiente, se necesita abordar más sobre la nutrición como una ciencia fundamental para el desarrollo del hombre y ponerlo en práctica, no solamente los profesionales en el tema, sino que también tener un alcance sobre amas de casa, padres de familia, directores de escuelas, o cualquier persona capaz de conocer su alimentación y llevarla de una manera adecuada.

### **2.2 Historia de la nutrición en el mundo**

A pesar de que el interés del hombre por el valor nutritivo de los alimentos surge desde antes de la civilización, está ha ido en incremento con el paso del tiempo y se cree que la nutrición o nutriología como una ciencia especializada comienza a partir del siglo XX.

#### **2.2.1 Época antigua**

##### **2.2.1.1 Babilonia**

Se dice que existe un texto bíblico en el que se encuentra documentado como es que Daniel y sus tres compañeros, fueron alimentados con una ración diaria de

alimento y vino del rey. Un día Daniel objetó esta forma de alimentación causando incomodidad y preocupación por parte del cocinero que temía disgustar al rey. Daniel hizo probablemente el primer experimento dietético al persuadir al cocinero a ser alimentado él y sus compañeros durante diez días con una dieta a base de leguminosas (como chícharos, frijol y lentejas) en vez de los alimentos reales y cambiar el vino por agua. A los diez días su aspecto era tan agradable que se les permitió continuar con esta dieta y tres años después, el rey advirtió que se encontraban diez veces mejor que todos los magos y encantadores de su reino. Lo anterior pudo ser quizá el comienzo de la aceptación de información científica aunque en esa época los conocimientos eran escasos equivocados, sin embargo ya empezaba a aceptarse algunos otros ideales más allá de la magia.

### **2.2.1.2 Grecia**

Aquí el hombre comenzó a asociar sus enfermedades con su forma de alimentarse, incluso algunos médicos ya se interesaban de manera especial por la alimentación de sus pacientes, sin embargo no fue hasta Hipócrates que las ideas relacionadas a la nutrición tuvieron un sustento y no solo eran pensamientos propios, este personaje reconoció la importancia que tienen los alimentos y la forma de nutrir al cuerpo con la aparición y superación de las enfermedades, además de encontró que no todas las personas aprovecha de la misma manera los nutrientes. En el siglo II después de Cristo, Galeno, médico griego del reino de Pérgamo, practicó disecciones en animales y escribió sobre la anatomía del hombre. En este período aun relacionaban a los alimentos con los 4 elementos, como era el fuego, la tierra, el aire y el agua, decían que cada una representaba a una propiedad, como caliente, frío, mojado y seco.

### **2.2.1.3 Roma**

Durante la época que comprende de la caída del Imperio Romano con la Edad Media, se dio la expansión del cristianismo, dejando a un lado a la medicina y la ciencia, sin darle mucha importancia.

En el renacimiento italiano (siglo XV y XVI), Paracelso, Leonardo Da Vinci y Sanctorius se preocupan por el balance entre la ingesta y la gasto de los alimentos por el organismo. Además de que en el siglo XVI, Leonardo da Vinci, contribuyó a las bases de la Medicina con sus importantes dibujos anatómicos.

### **2.2.2 Época del método experimental**

Galeno viajó hacia Alejandría en donde experimentó en cerdos y a través de ellos dedujo que el estómago era el lugar en que los alimentos se fragmentaban en partículas suficientemente pequeñas para poder absorberse.

Galeno dio un gran impulso al método experimental como factor necesario en el estudio de la medicina. Sin embargo, “durante 1000 años después de su muerte se hicieron muy pocos progresos en este campo. Como había publicado muchos libros sobre temas de medicina, con tal autoridad, sus enseñanzas y escritos fueron considerados como la última palabra en la materia durante casi los doce siglos siguientes”. (Lowenberg-Wilson, 1970)

Se cree que el primer hombre en estudiar la nutrición en seres humanos fue Sanctorius. Este personaje fue un médico Italiano quien durante varias semanas estuvo registrando su propio peso, el de los alimentos que tomaba y el de todos los que excretaba. Probablemente su libro publicado en 1614 podría considerarse como el primero que habla acerca del metabolismo basal, sin embargo pasaron cientos de años para que pudiera descubrirse como es el proceso de transformación de los alimentos en el cuerpo humano.

En el siglo XVII William Harvey demostró como es la circulación sanguínea, lo que fue un parteaguas para que se comprendiera la forma en que los alimentos, o parte de estos, llegaban a todas las células del cuerpo.

Posteriormente René Réamur desmintió que la digestión es un proceso de putrefacción, esto mediante experimentos en aves. Comprobó que los alimentos son disueltos, asegurando la existencia del ácido en el jugo gástrico. Veinticinco años después, Lázaro Spallanzani, confirmó todo lo demostrado por parte de

Réamur y escribió un libro que explicaba que la digestión es un proceso químico y no un proceso de fermentación.

En el año de 1835 se dieron cuenta de que además del ácido clorhídrico existía otro agente responsable de la degradación de los alimentos, esto es a lo que hoy se conoce como pepsina, una enzima importante para la digestión de proteínas.

Lavoisier demostró lo esencial que es para la ciencia el tomar los pesos y las medidas con exactitud. Sobre todo, para la historia de la nutrición, sus experimentos proporcionaron las bases para entender los procesos que se llevan a cabo dentro del cuerpo humano. Gracias a esto se le otorgó el título de “padre de la nutrición”

### **2.2.2.1 Descubrimiento de la calorimetría**

Los experimentos de Lavoisier y su habilidad para interpretar lo que encontraba, demostraron que la respiración es un proceso químico que consume oxígeno y que llamamos oxidación. El oxígeno es esencial para la transformación de los alimentos en el cuerpo humano. Mediante esto pudo demostrar que la oxidación dentro del cuerpo es una fuente de calor y energía. Sus experimentos demostraron el principio de la calorimetría o medición del calor, posteriormente, ayudaron a realizar la medición del valor calórico de los alimentos. Debido a la muerte de Lavoisier, científicos Alemanes (principalmente Graham Lusk) dieron seguimiento a sus investigaciones, desarrollando un calorímetro y gracias a esto pudo estudiar el metabolismo de algunos niños sanos y enfermos, con esto dio pauta para comprender la importancia de los correctos hábitos alimenticios.

Hasta el siglo XIX solo se conocían tres clases de materia en los alimentos, las cuales eran: los sacáridos, los oleaginosos y los albuminosos. Hoy en día se conocen como hidratos de carbono, lípidos y proteínas.

### **2.2.2.2 Descubrimiento de nutrientes relacionados a enfermedades carenciales**

Aunque la historia de las vitaminas es muy antigua, se dice que fueron los primeros nutrientes en descubrirse, pero los últimos en demostrar su existencia. Algunas de

estas están relacionadas a enfermedades carenciales, como es el beriberi, escorbuto, pelagra y raquitismo, entre otros. A partir de 1912 empezaron a descubrirse las vitaminas relacionadas con cada una de estas enfermedades.

Aunque los relatos que describen cada uno de estos descubrimientos fueran explícitos y bien relatados, la ciencia exigía y exige evidencia científica o experimental antes de aceptar postulados. Para escorbuto, esa evidencia la presentó el Capitán James Lind, en su libro “Tratado del Escorbuto”, publicado en 1753.

### **2.2.3 Época actual**

Fue hasta el siglo XX en el que la nutrición se postula como una disciplina.

El primer Departamento de Nutrición establecido en el mundo, en una escuela de Medicina, fue fundado en 1942.

Durante las décadas posteriores de la segunda mitad del siglo XX, los científicos se han enfrentado con el reto de identificar factores dietéticos que intervengan en enfermedades específicas y que definan sus mecanismos de acción.

Durante los últimos dos siglos, todo el mundo ha experimentado cambios importantes en sus modelos dietéticos, debido principalmente a la propagación de plantas y animales domesticados, al crecimiento de las industrias dedicadas a procesar los alimentos, a la transculturación, etc. Este fenómeno ha dado lugar a una mayor variedad de alimentos disponibles alrededor del mundo, pero ha perjudicado directamente a la cultura y pérdida de identidad de la población.

En el siglo XX que se fundaron los organismos internacionales para la salud, tales como la UNICEF (United Nations Children’s Emergency Fund), FAO (Food and Agricultural Organization) y OMS (Organización Mundial de la Salud), por mencionar a las más importantes.

A partir de los años noventas, los estudios enfocados a los problemas de salud pública en países desarrollados, demuestran la fuerte relación que existe entre los

componentes dietéticos y el estilo de vida con la aparición de enfermedades crónicas, afectando directamente la calidad de vida de las personas.

### **2.3 Historia de la obesidad**

La palabra "obeso" viene del latín "obedere". Formado de las raíces ob (sobre, o que abarca todo) y edere (comer), es decir "alguien que se lo come todo". El primer uso conocido de esta palabra fue en 1651 en lengua inglesa, en un libro de medicina noha biggs (Biggs, Noha (fl. 1651), medical practitioner and social reformer)

Durante la prehistoria, la alimentación se basaba en productos obtenidos mediante la caza y la recolección. Para esto, los hombres salían de sus hogares durante horas, días o meses, en busca de alguna presa por cazar para alimentarse a sí mismos y a sus familias, esta búsqueda era exhaustiva por lo que pasaban por periodos de ayuno prolongado además de que los alimentos a los que tenían acceso aportaban pocas calorías, provocando una pérdida significativa de peso corporal. Únicamente las personas con mayor porcentaje de grasa corporal lograban sobrevivir, ya que esta representa un almacenamiento de energía muy importante.

## **REFERENCIAS**

Lowenberg, Wilson. 1970. Los alimentos y el hombre. (Pág. 16-19). México: Limusa Wiley.

Cooper, B. 1966. Nutrición y Dieta. (Pág. 4). Nutrición para la salud y el crecimiento. 14 edición.

Bengoa J. M. 1997. Nutrición Internacional algunos momentos de su historia. (Pág. 55) Archivos Venezolanos de Nutrición. Vol. 9.

Universidad De San Carlos de Guatemala. 2004. Historia de la nutrición. (Pág. 11-27). Guatemala.