



**Nombre del alumno: Diana Laura Altuzar
Hernández**

Nombre del trabajo: Capítulo II

Grado: 9° cuatrimestre

PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 20 de mayo del 2020

CAPÍTULO II

2. ORIGEN DE LA NUTRICIÓN

El pionero de la Nutrición en México

En México se le considera a El **Dr. José Quintín Olascoaga Moncada**, como el pionero de la Dietología, ya que después de que nace su interés por la Nutrición en 1934, forma parte de una Comisión en la Misión Cultural Urbana de la Secretaría de Educación Pública. En 1935 ingresó al Hospital General de México, como jefe de la Sección de Investigación de la alimentación popular.

Después en 1936 el Departamento de Salubridad inicia la enseñanza de la Nutriología preparando al personal para las encuestas de alimentación que realizaba la sección de investigación de la alimentación popular.

En 1943 se imparte el curso único para formar dietistas en funciones específicas en el Hospital Infantil de México; el curso estuvo a cargo del **Dr. Rafael Ramos Galván**, quien concluía que la labor del pediatra era acompañar al niño en su crecimiento y desarrollo, en su transformación en un ser humano pleno. Los egresados de dicho curso, se incorporaron al Servicio de Dietología del mismo hospital en México. En ese mismo año el Dr. Olascoaga y la Dra. Juana Navarro prepararon y conjuntaron un equipo de dietistas para desempeñar su labor en el Instituto Nacional de Cardiología, con el cual se estableció el segundo Servicio de Nutrición en México.

En el año de 1945, la enseñanza formal de la Nutriología se inició en la Escuela de Dietética del Instituto Nacional de Cardiología creada a petición del **Dr. Ignacio Chávez**.

Más adelante, hasta el año 1972, fue constituido el Departamento de Ciencias de la Nutrición y de los Alimentos de la Universidad Iberoamericana (ahora Plantel Santa Fe) en donde alberga la **primera Licenciatura en Nutrición del País**.

En la década de los 70, se crearon 6 programas académicos de la Licenciatura en Nutrición, siendo la Universidad Iberoamericana la primera escuela en implementarla en México con el fin de profesionalizar y facultar los recursos humanos que tenían participación en la solución de los principales problemas alimentarios y de nutrición en México, en la ciudad de México.

Después, con el éxito obtenido, la Licenciatura se expandió a la Universidad Veracruzana (primera en Veracruz) y el Instituto Politécnico Nacional (segunda en la CDMX) en 1975.

En 1976 se aprueban dos programas más, uno en la Universidad Autónoma de Nuevo León y otro en la Escuela de Dietética y Nutrición del ISSSTE. Y fue hasta el siguiente año que se completaron los 6 programas, siendo la Universidad Veracruzana la que lo establece en la Ciudad de Jalapa, Veracruz basándose en el mismo programa creado en 1975.

2.1 AÑOS ANTERIORES A LA SEGUNDA GUERRA MUNDIAL EN AMÉRICA LATINA

Durante las primeras décadas del siglo XX el círculo científico de la Nutrición a nivel mundial estuvo centrado en el descubrimiento de sustancias indispensables a lo largo de la vida, la carencia de esas sustancias era la presencia de enfermedades las cuales ya se conocían sus manifestaciones clínicas, pero no su etiología, las enfermedades era la pelagra, el beri-beri, raquitismo y otros procesos, eso hacia que los hospitales estuvieran llenos en muchos lugares.

En los años 20 en América Latina surge la figura de Pedro Escudero de Buenos Aires, Argentina, se realizaron estudios en el Instituto de Nutrición de Argentina dirigiendo la dieta racional, los requerimientos de energía y nutrientes, enfermedades crónico- degenerativas y con pocas menciones era la desnutrición o por carencias vitamínicas específicas.

Los años 30 y 40 se veía la preocupación en América Latina y Europa tratando de definir la dieta normal para las poblaciones en específico a los trabajadores para poder enseñar que las carencias no eran únicamente por falta de nutrientes

si no por alimentos o los grupos de alimentos. Chile tuvo buenos inicios en los campos de la nutrición en pediatría y en salud pública. Los estudios realizados en Chile sobre el síndrome pluricarenal infantil, fueron los primeros en América Latina y durante mucho tiempo sus autores mantuvieron una autoridad indiscutible sobre la materia.

En los años 40 y 50 se fueron creando una serie de instituciones dedicadas a la investigación referentes a los problemas de la nutrición en casi todos los países de la región.

México comenzó en los años 40 con las investigaciones de bromatológicas en el Instituto Nacional de Nutriología, con los excelentes trabajos de Rene O. Cravioto. Durante 1947 F. de P. Miranda había publicado uno de los primeros estudios sobre la alimentación en México. Al mismo tiempo y poco después aparecen dos instituciones que adquirieron prestigio internacional, una de ellas es el Hospital de Niños, bajo el liderazgo de F. Gómez y colaboradores que vendrían adquirir renombre internacional. Su reputación fue subiendo y para los años 60 no había foro que no trataran un tema de nutrición donde Cravioto no fuera invitado, su formación en medicina y otras disciplinas, le permitió adquirir conocimientos más vastos en el área compleja de la nutrición.

Dentro de la década de los 60 S. Zubirán dirige el hospital, maestro indiscutible, arriba del todo se encuentra un laboratorio de bioquímica con los equipos más avanzados a cargo de Soberon, tiempo después llegaría a ser Ministro de Salud.

Zubirán logra construir un nuevo edificio, conocido como Instituto Nacional de Nutrición, en el cual la mayor parte del hospital lo ocupa el Hospital de la Nutrición y una pequeña parte es donde desarrollan actividades de Salud Pública y Tecnología de los Alimentos.

2.1.1 APORTACIONES MEXICANAS AL CONOCIMIENTO NUTRIOLÓGICO.

Antecedentes

Como país independiente México nace en 1821, después de una guerra que duró 11 años en la historia, las raíces son muy antiguas ya que en porción mesoamericana florecieron civilizaciones y culturas ya bien estructuradas hace

4,000 años y que ya constituyeron estados poderosos alrededor del principio de la era cristiana.

Destacando por su desarrollo artístico, científico y lingüístico no dejando sus influencias culturales como la Olmeca, Maya, Teotihuacana.

Después de lograda la Independencia, durante la mayor parte del siglo XIX, México se vio envuelto en el caos civil, sufrió numerosas luchas internas y fue invadido repentinamente por los EE UU y Francia, y por momentos España e Inglaterra entre 1838 y 1847 se perdió mas de la mitad del territorio a manos de EE UU y en los años 70 Napoleón III estableció un imperio mexicano que duro menos de un lustro. México moderno surge realmente de la Revolución de 1910-1918.

2.2 ANTECEDENTES DE LA CULTURA ALIMENTARIA

La Nutrición depende directamente de la alimentación y esta de los alimentos y recursos culinarios, es decir, de la cultura alimentaria. A pesar de su naturaleza empírica, su antigüedad, y de pertenecer más a la agronomía que a la nutriología.

Se trata de conocimientos que han tenido una trascendencia mayúscula en la alimentación y la nutrición, y no solo en México si no que en muchos países del mundo. Los alimentos y las diferentes maneras de su preparación fueron elementos esenciales para llevar acabo la difusión y su ámbito continental para volverse patrimonio de toda la humanidad. Tanto en América como en el viejo mundo ya existían los arsenales alimentarios, eran distintos, pero ambos eran amplios y diversos, también suficientes para garantizar una alimentación correctamente en la población.

América y México en forma destacada dieron al mundo innumerables alimentos, haberlos domesticados, muchos de estos alimentos han conquistado un lugar importante dentro de la alimentación del hombre, tal caso es el maíz, frijol, papa, yuca, chile, calabaza, amaranto, tomate, nopal, aguacate, guanábana, zapote, mamey, piña, papaya, jícama, fresa, tuna, xicozapote, guajolote o pavo al igual que otros menos conocidos como la verdolaga, tomate verde o tomatillo, capulí, tecojote, chaya, la flor de jamaica, chayote, chilacayote, chía, epazote,

cuitlacoche (hongo que crece en la mazorca del maíz), aguamiel del mamey. De nuestras antiguas culturas surgieron también las técnicas tan imaginativas como las preparaciones del nixtamal, fermentación del maíz para la obtención de una bebida conocida como pozol, el aguamiel para obtener el pulque y el cacao el cual se obtiene el chocolate.

2.3 LA NUTRICIÓN EN LA ACTUALIDAD

En nuestra actualidad la población a nivel mundial se enfrenta a una doble carga de malnutrición el cual influye la desnutrición y la alimentación en exceso.

La mala nutrición, en cualquiera de sus formas, presenta riesgos considerables para la salud humana. La desnutrición contribuye a cerca de un tercio de todas las muertes infantiles.

Las crecientes tasas de sobrepeso y obesidad a nivel nacional están asociadas a un aumento en las enfermedades crónicas como el cáncer, enfermedades cardiovasculares y diabetes.

Se ha identificado medidas eficaces en materia de Nutrición para el mejoramiento de salud. Dentro de las estrategias que se abordaron por la OMS y con los Estados Miembros y asociados, incluyen elaborar unas políticas apropiadas en materia de los alimentos y Nutrición, vigilar las tendencias mundiales en Nutrición para informar la adopción de decisiones, proporcionar asesoramiento científico para la ejecución de medidas de intervención y dirigir colaboración mundial para un mejoramiento de salud nutricional.

Existen diversos elementos y factores, que son indispensables a los seres vivos. La alimentación, por su condición esencial y continua es uno de ellos. Esta constituye una secuencia de actos voluntarios y conscientes que van desde la planificación, producción, selección, preparación, elaboración e ingestión de los alimentos. Estos actos son susceptibles de ser modificados por la acción de influencias externas educativas, culturales y económicas.

Se ha planteado que para lograr mantener un adecuado estado nutricional de los individuos y de la comunidad, es necesaria la interrelación de una serie de factores como son: la disponibilidad de alimentos, el acceso a ellos y su consumo. Este proceso o fenómeno es conocido como **seguridad alimentaria**,

y tiene por objeto proporcionar al organismo las sustancias nutritivas necesarias para la vida, lo que significa que la salud dependerá, en gran medida, de los alimentos que se ingieran.

2.3.1 ENERGÉTICOS

Su función principal es la de aportar energía al organismo. Los seres vivos, y por tanto el hombre, son sistemas sumamente inestables, que para subsistir necesitan un continuo aporte de energía. Esta energía procede de la oxidación en las células que componen los tejidos de los tres componentes orgánicos principales de la materia viva, a los que habitualmente llamamos principios inmediatos: hidratos de carbono, grasas y proteínas. El organismo humano también puede obtener energía del alcohol contenido en las bebidas alcohólicas. Los alimentos que, por su elevado contenido en estos nutrientes, se consideran dentro de este grupo son: los hidratos de carbono, glúcidos o carbohidratos y los alimentos grasos.

2.3.2 CONSTRUCTORES O REPARADORES

Su función es construir o reparar células y tejidos, e integrarse a los sistemas enzimáticos y hormonales. Por ejemplo, durante el crecimiento y desarrollo, el embarazo, la lactancia, la reparación de tejidos en heridas, quemaduras o en la reposición normal. El nutriente principal es la proteína y sus aminoácidos constituyentes, que puede ser de origen animal o vegetal. Los alimentos a los cuales se les adjudica fundamentalmente esta función por su elevado contenido de proteínas son:

- Origen animal: Leche y productos lácteos (excepto el queso crema y la mantequilla), huevos y las carnes (res, cerdo, carnero, conejo, aves, pescado).
- Origen vegetal: Leguminosas y frutos secos.

2.3.4 REGULADORES

Su función es la de actuar como catalizadores en el metabolismo de las proteínas, las grasas y los hidratos de carbono. Los nutrientes principales son las vitaminas, minerales y los oligoelementos o elementos traza. Los alimentos que básicamente los contienen son las frutas, los vegetales u hortalizas.

2.4 ORIGEN DE LA NUTRICIÓN EN LA ANTIGUA GRECIA

En los años 50, el Médico londinense Ian G. Wickes publicó sobre las prácticas de alimentación infantil a lo largo de la historia, incluyendo los cambios que hicieron llegar la tecnología para la elaboración de lo que hoy en día conocemos el biberón.

En la antigüedad, a los bebés se les alimentaba con jarras de cerámica con una boca larga, objeto que era enterrado junto al bebé en su tumba. En la época del renacimiento, los europeos usaban cuernos de vaca a lo que se le añadían pezones de cuero, mientras que en los siglos XVIII y XIX se usaban unas pequeñas vasijas decorados de patrones de peltre o plata, los bebés de la antigua Grecia eran alimentados de vino y miel, mientras que los niños indios de seis meses en el siglo II d.C. se les daba vino diluido, sopa y huevos, según el médico Wickes la alimentación del bebé dependía de la época y la cultura que se tenía.

El sustituto más común a la leche materna en ese tiempo era la panada “mezcla acuosa” que tenía un dudoso valor nutritivo para el bebé, se alimentaban de leche, harina, mantequilla derretida o una sopa de carne, era una mezcla peculiar de cosas líquidas a las que en ocasiones le añadían un poco de pan. Al alimentar al bebé de esa forma tenía sus consecuencias las cuales el bebé no resistía el tipo de alimentación y solían morir.

2.5 ANTIGUA MAYA

Para las comunidades mayas, la mayoría de las fuentes arqueológicas, etnohistóricas y etnográficas, sugerían que la lactancia materna se prolongaba hasta los cuatro o cinco años de edad. El inicio de la alimentación complementaria ha sido asociado con la erupción dental del bebé según la perspectiva de la comunidad maya Kiní, Yucatán. Dentro de las etnoteorías de la niñez y crianza que los padres enmarcaban según la experiencia con el contexto más amplio de la historia y comunidad cultural, formaban parte del nicho en el desarrollo permitía aproximarse de una manera sistemática en el estudio infantil.

2.6 ANTIGUA ROMA

La comida fue una actividad a través de la cual se manifestaron diversos aspectos, ya que ésta no fue solamente expresión por el gusto, apetito o predilecciones personales. El alimento fue un símbolo de otras cuestiones, quizá entre las más importantes.

La comida fue una posibilidad alimentaria diferencial entre el mundo urbano y el rural o entre distintos ámbitos del pensamiento, incluso una manifestación religiosa o símbolo de la forma de pensamiento del campesino romano.

El alimento como símbolo del pensamiento dispuesto en cantidad suficiente para mantener fuerzas, manifestaba la filosofía del banquete de los sabios de Plutarco. Por otro lado era ostentoso, descarado, excesivo, banquete de emperadores y en ocasiones de los nuevos ricos, como los celebrados por Trimalción. Con propiedades nutricias, el banquete de los más poderosos de todos, es decir, los dioses, era de excelencia, pero frugal y sencillo, compuesto por los placenteros alimentos característicos de su dieta; néctar y ambrosía.

En cuanto al consumo de vino, se podía decir que a sectores sociales distintos correspondieron diferentes categorías de vino, algo que ocurrió en todas las bebidas y alimentos, agentes caracterizadores por los diferentes grupos sociales, en suma, de poder. La jerarquía social romana, puesta en manifiesto entre aspectos en el consumo de bebidas alcohólicas de categoría, representaban la última fase de enriquecimiento de la sociedad.

El hombre era capaz de alimentarse con una gran variedad de alimentos naturales, tanto de procedencia vegetal como animal, todos aquellos preparados con diferentes grados de sofisticación y elaboración.

El hombre romano pudo elegir definitivamente la forma de alimentarse y su elección fue mas libre en los estratos sociales en los que la falta de recursos no coartaba dicha libertad. Estas opciones alimentarias no estuvieron limitadas por la disponibilidad de comida, ya que conocemos la espléndida variedad de los mercados romanos si no que as bien el marco de la elección estuvo delimitado por el entorno cultural, la psicología individual y el gusto por cada alimento.

2.7 MARCO CONCEPTUAL

Alimentación complementaria:

“Proceso que comienza cuando la leche materna por sí sola ya no es suficiente para satisfacer las necesidades nutricionales del lactante, y por tanto se necesitan otros alimentos y líquidos, además de la leche materna.” (OMS, 2019)

Alimentación:

“Acto voluntario llevando a cabo ante la necesidad fisiológica o biológica de incorporar nuevos nutrientes y energía para funcionar correctamente.” (Anónimo, 2002)

“Actividad fundamental en nuestra vida. Tiene un papel importante en la socialización del ser humano y su relación con el medio que lo rodea. Es el proceso por el cual obtenemos nutrientes que nuestro cuerpo necesita para vivir.” (M. Zazo, P. Giner, 2016;7)

Aporte energético:

Alimento proporcional a la cantidad de energía que se puede proporcionar al quemarse en presencia de oxígeno, puede medirse en calorías, en dietética se toma como medida de kilocalorías; 1 Kcal= 1,000 calorías (UNED, 2020)

Baby Led wening:

Se define como alimentación complementaria dirigida por el bebé o una demanda, permite alimentar al bebé de una manera más natural después de los seis meses de edad, seguir dicha autorregulación. (2015)

Proteína:

Macromoléculas las cuales desempeñan el mayor número de funciones en las células de los seres vivos. Forman parte de la estructura básica de tejidos (músculos, tendones, piel, uñas, etc.), durante los procesos de crecimiento y desarrollo, crean, reparan y mantienen los tejidos corporales. (González, Telléz, 2017)

González Torres Laura, Téllez Valencia Alfredo, G. Sampedro José, Nájera Hugo. Las proteínas en la nutrición. Junio 2007.

Lactancia materna:

“Forma ideal de aportar a los niños pequeños los nutrientes que necesitan para un crecimiento y desarrollo saludable. La lactancia exclusiva durante los primeros seis meses, y el mantenimiento de la lactancia materna hasta los dos años o más de edad.” (OMS,2020)

Salud:

“Estado completo de bienestar físico, mental y social y agrega: y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.” (Battistella, SF)

Desnutrición:

Comprende el retraso del crecimiento (estatura inferior a la que corresponde a la edad), la emaciación (peso inferior al que corresponde a la estatura), la insuficiencia ponderal (peso inferior al que corresponde a la edad) y las carencias o insuficiencias de micronutrientes (falta de vitaminas y minerales importantes). (OMS, 2019)

Deficiencia:

Según la OMS es toda aquella pérdida o anomalía, permanente o temporal de una estructura o función psicológica, fisiológica o anatómica. Incluye la existencia o aparición de una anomalía, defecto o pérdida de una extremidad, órgano o estructura corporal. La deficiencia supone un trastorno orgánico, se produce limitación funcional que se manifiesta objetivamente en la vida diaria. Se puede hablar de deficiencias físicas, sensoriales y psíquicas. (OMS, SF)

Necesidades nutricionales:

Son las cantidades de energía y nutrientes esenciales que cada persona requiere para lograr que su organismo se mantenga sano y pueda llegar a desarrollar sus funciones complejas y variadas. Las necesidades dependerán de la edad, sexo, actividad física y estado fisiológico de cada persona. Son aportados por los alimentos. (FAO, SF)