



Alumna: Alina Anahíd Utrilla Moreno

CATEDRÁTICO: Daniela Rodríguez Martínez

Trabajo:

- 1. Realizar mapa mental de productos milagro o light***
- 2. Mapa mental de productos transgénicos"***

MATERIA: Nutrición

SEMESTRE: 3 GRUPO: A



alimento al que se ha reducido el contenido de uno o más nutrientes, (azúcares, sodio, grasa o energía -calorías-) como mínimo en un 30% en comparación con su producto de referencia.

NOM-086-SSA1-1994.

La regla de oro es un consumo de alimentos light prudente y controlado, concebido como ayuda a una dieta hipocalórica acompañada de actividad física.

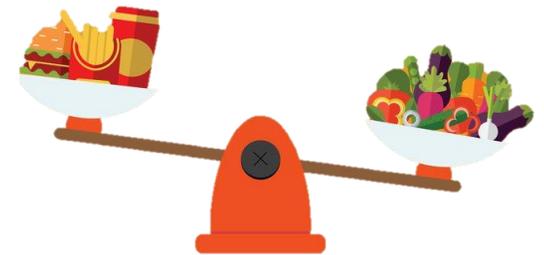


PRODUCTOS LIGHT

Un alto consumo de un productos "light" puede ser más negativo que el consumo moderado del producto de referencia.



no todos los alimentos light reducen su aporte calórico tan significativamente como se espera



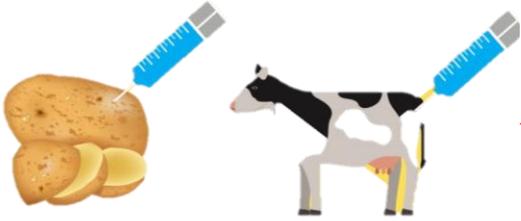
Ejemplos



Los llamados 'productos milagro' aseguran adelgazar en poco tiempo y sin esfuerzos. Con esa creencia, se consumen en exceso, con el consecuente incremento de peso, incluso mayor que si se hubieran ingerido los productos convencionales



EJEMPLOS



PREOCUPACIONES: Crear alimentos que pueden causar una reacción alérgica o que son tóxicos, y cambios genéticos inesperados y dañinos



ASPECTOS SOCIALES Y ECONÓMICOS: es necesario evaluar el impacto que tendría este avance tecnológico en el problema alimentario mundial, en la escasez y mala distribución alimentaria



Es un producto modificado mediante **ingeniería genética** para producir las características deseadas



POSIBLES BENEFICIOS: más nutritivos, apetitosos, resistentes a la sequía y a las enfermedades, aumento en el suministro de alimentos a un costo reducido con una mayor vida útil y crecimiento más rápido en plantas y animales

BIBLIOGRAFÍA:

- ♥ <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002432.htm>
- ♥ <http://cecu.es/campanas/alimentacion/Productos%20Ligth%201.pdf>https://www.ecured.cu/Conservaci%C3%B3n_de_los_alimentos
- ♥ <https://www.proximaati.com/hogar/recetas/10-tecnicas-de-cocina-que-debes-conocer>
- ♥ https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-75182003000100003
- ♥ <https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/diccionario/alimentos-transgenicos.html#:~:text=Un%20alimento%20transg%C3%A9nico%20es%20aquel,para%20producir%20las%20caracter%C3%ADsticas%20deseadas.>