



Materia:

Nutrición

Trabajo:

Ensayo

Docente:

Lic. Rodríguez Martínez Daniela

Alumna:

Espinosa Alfonso Margarita del Carmen

Semestre y grupo:

3º “A”

Comitán de Chiapas a 21 de Agosto del 2020

LA IMPORTANCIA DE LA EDUCACION NUTRICIONAL

La nutrición es fundamental para una formación saludable, por lo tanto, se tiene en mente que al no nutrirte correctamente puede ocasionar problemas de desnutrición, obesidad, así como también enfermedades crónicas. Por lo consiguiente la nutrición tiene tal importancia para el crecimiento y desarrollo humano. Existen puntos que son esenciales para conocer cómo y de qué manera tienes una educación alimentaria.

La seguridad alimentaria y nutricional son parte dentro de una educación alimentaria ya que se atribuye más que nada a la agricultura, la salud y la nutrición, pero consta hacer relevancia a que por ser seguro no quiere decir que tu calidad nutricional mejore, la intervención para mejorar la calidad debe de ser en conjunto y todo en uno solo, esto para darle un mejor valor nutricional. Para tener un mayor enfoque existe el papel de la FAO ya que ella se encarga de crear un renacimiento nutricional, esta sirve de manera importante para mejorar desde lo personal hasta lo agrícola, como también podría decirse que la FAO tiene una función para mejorar las dietas y se aferra a mejorar la malnutrición.

Al preguntarse sobre la función de la educación nutricional nos estamos refiriendo a que se ha visto por mucho y hoy en día podemos verlas caracterizadas como algo esencial para la recuperación de la nutrición, dentro de lo cual se ha visto el gran avance para mejorar comportamiento dietético y el estado nutricional de un individuo por eso se dice que la nutrición tiene que ser vista como una estrategia preferente.

Existen también los derechos de la educación nutricional ya que nosotros como individuos también necesitamos información acerca de cómo mantener una alimentación sana, por lo cual de manera internacional se ve obligado a tener seguridad y así poder contribuir a la mejora u prevención de enfermedades, por eso se proporciona una etiqueta nutricional en cada uno de los productos que hoy se elaboran, todo aunado a que lo esencial es mejorar la nutrición y tener una vida saludable.

Quien debe de recibir una educación nutricional pues al verlo de tal manera todos tenemos el derecho de ver por nuestra salud, por lo tanto, nos vemos en la necesidad de tener que educarnos, pero como antes se ha mencionado todo hace semejanza a una buena nutrición a nivel poblacional, si queremos verlo de tal forma serviría de gran apoyo fomentar y promover a la salud para tener así una educación saludable, también cabe mencionar que al referirse a edades, todos somos obligados a obtener la información necesaria para ayudarnos a nosotros mismos y a los demás.

Conforme ha pasado el tiempo se han evolucionado los conceptos y formas de ver una educación nutricional, ahora se dice que es verdaderamente importante distinguir una buena educación que se orienta mediante acciones donde se tiene que fomentar la salud y el bienestar, por lo que se centra a nivel social. Cuando ves resultados eficaces de tener una educación nutricional se ven los conocimientos y experiencia donde existe orientación la cual al proporcionarla alguien tiene que funcionar, otra que de igual manera es esencial sería el de crear un contorno único hacia uno mismo.

La FAO se ve enfocada en el régimen de orientación nutricional, que sea obligada a promover cualquier ámbito activo sobre nutrición, porque también se ven algunas que son especiales donde tiene que trabajar en conjunto con el grupo de educación nutricional de sensibilización del consumidor más conocido como AGNDE. Ahora bien, la sensibilización a nivel nacional tiene ámbitos estratégicos que con la combinación del FAO se basan en un establecimiento dietético.

La educación nutricional consta de partes fundamentales que al final de todo nos hacen referencia a la contribución para mejorar nuestra vida aunada a la alimentación, por lo cual se propone mejorar la alimentación materna y de los niños pequeños ya son una etapa de la vida donde se necesitan cuidados como una alimentación especial la cual ayude al desarrollo del ser humano, la nutrición y el círculo familiar son cosas donde se hace referencia y se ven a larga vista los cambios que existen en la forma de alimentarse de una persona a otra, pero si la vemos en un punto de la agricultura familiar se ven algunas afectadas por el poco ingreso o medio ingreso, donde se percata las necesidades de los insumos y la facilidad con la cual la conseguimos.

Es especial que en las escuelas se plante esta educación ya que ayuda a ser mejor desarrollada y poder entender de una manera más adecuada, por lo cual se consigue una promoción dirigida a los niños y jóvenes que puedan tener una malnutrición. Todo para crear una capacitación donde puede contribuir los gubernamentales, universidades e instituciones entre muchos más que aporten las mejores ideas y ayuden a la calidad de vida en cuestión de salud de cada individuo.

Por lo tanto, la educación nutricional es esencial para el crecimiento y desarrollo de las personas, ya que cada vez somos más las personas que nos vemos afectados por enfermedades crónicas y sobre todo sobrepeso y obesidad.

BIBLIOGRAFÍA

La Importancia De La Educación Nutricional. Roma. 2011. P.P 1-16. Recuperado De Un PDF El 21 De Agosto Del 2020.

<http://www.fao.org/ag/humannutrition/31779-02a54ce633a9507824a8e1165d4ae1d92.pdf>