

UNIVERSIDAD DEL SURESTE ESCUELA DE MEDICINA

MATERIA:

NUTRICIÓN

CATEDRÁTICO:

DANIELA RODRÍGUEZ MARTÍNEZ

PRESENTA:

AXEL DE JESÚS GARCÍA PÉREZ

TRABAJO:

ENSAYO DE LA NUTRICIÓN

GRADO Y GRUPO:

3° B

LUGAR Y FECHA:

COMITÁN DE DOMÍNGUEZ, CHIAPAS. 21 DE AGOSTO DE 2020

IMPORTANCIA DE LA EDUCACIÓN NUTRICIONAL

La importancia de la nutrición empieza con programas que tenían como propósito el implementar programas de una buena alimentación en varios países pues un problema muy grande en todos los países es la falta de información acerca de cómo poder preparar alimentos más sanos. Los gobiernos debían de actuar de una manera precisa pues hay países cuya economía no es la adecuada para su población, para ello se necesitaba de la ayuda del Comité de Seguridad Alimentaria Mundial que con de la mano de la Asociación Mundial de la Salud Pública y Nutrición. Su plan consiste en la de implementar programas que iban más dirigidos hacia los niños pues son ellos a quienes se les debe educar con la idea de que si se alimentan adecuadamente pueden tener un mejor desarrollo en varios aspectos y que por tanto debe de ser con la gran ayuda de los padres para que ellos también inculquen a la buena alimentación.

La FAO es una organización que tiene como propósito incrementar los niveles nutricionales en la salud de las personas de poblaciones rurales pues son ellos quienes requieren de un mejor rendimiento a la hora de trabajar y así poder ayudar a su economía poco a poco. Así como sucede en pequeños pueblos también se implementó en pueblos ya grandes como las ciudades, pues mucha gente carece de conocimientos nutricionales y creen que por tener alimentos ya preparados, o sea los procesados ya están completos en su alimentación “sana” y no es así y es que este problema es el que mucha gente conoce y por consiguiente la salud de esa población también recae a problemas mayores como pueden ser problemas cardiacos, diabetes, etc.

La meta a la que estas organizaciones de la salud quieren llegar es la de ayudar a la alimentación que la gente necesita para su bienestar y como ya se mencionó previamente se tiene que tomar en cuenta algunos factores que afecten que esta información no les llegue y uno de los más grandes es la economía, úes mucha gente se le hace más fácil comprar un refresco o jugo altamente endulzado en vez de preparar alguna bebida natural sin tener nada procesado, o comprar comida ya procesada venida de animales que fueron alimentados con químicos que con el tiempo pueden repercutir en nuestro organismo, para ellos es necesario que se empleen los programas, guías y cualquier otro medio que tenga el mismo propósito la cual es la de facilitar la preparación de alimentos sanos aun siendo de bajos recursos económicos.

Una estrategia que se requiere es la de evitar información falsa que la gente crea que es buena solo porque varias personas se guíen de la misma información y esto involucra una gran labor pues significa que debe lograr que la información correcta llegue a todas las personas correctamente con ayuda de publicidad reconocida para el bienestar de la salud pues en la televisión existe un sinfín de comerciales promocionando alimentos que son realmente malos y que sin contarlos ya contienen elementos nocivos para la salud de quien lo consuma. Los niños son personas tan curiosas y que les atrae mucho observar la televisión y es aquí cuando una personita se suma a las víctimas por información falsa y nada nutricional prefiriendo algo con diseño espectacular o que traen juguetes como premios incitándolos a consumir los productos que la empresa pueda ofrecer sin importar la salud de la sociedad.

La gente tiene derecho tener una vida digna y para un buen gobierno funcione debe mantener en pie a su población y no dejar que decaiga y es este el que se encargue de ofrecer una buena vida a su gobernación con la implementación de programas que ayuden a los hogares al correcto consumo de alimentos, ayudándoles también con ayuda económica a quienes realmente necesitan de un mejor ingreso para la obtención de alimentos correctos en los integrantes de cada hogar La información correcta de la buena salud es también para el grupo infantil y con ello se necesita de la capacitación de los padres de familia para que desde el momento del nacimiento de un bebé en una familia para ofrecerle una alimentación adecuada y así obtener un sano desarrollo para su aprendizaje y para la realización de actividades en la escuela. Es aquí donde las escuelas también son las encargadas para ofrecer la correcta educación hacia los infantes sobre cómo alimentarse correctamente ya que a veces los padres ignoran las recomendaciones para una alimentación sana hacia ellos y hacia sus hijos.

