



**Nombre de alumno: Felipe de Jesús López Avendaño.**

**Nombre del profesor: Daniela Rodriguez.**

**Nombre del trabajo: Ensayo sobre el tema "evolucion en la alimentacion"**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Materia: Introducción a la Nutrición.**

**Grado: Primer Semestre.**

**Grupo: Nutrición**

**Comitán de Domínguez Chiapas.**

**11/09/2020.**

## **Evolución en la alimentación.**

Desde el principio de los tiempos, la comunidad científica nos ha aportado grandes conocimientos valiosos acerca de la alimentación, el cual ha representado un factor muy importante para todos los seres vivos, por que necesitamos alimentarnos para poder sobrevivir, además, el ser humano ha ido adquiriendo distintas costumbres y hábitos alimenticios para el buen aprovechamiento de ellos, así mismo podemos mencionar con los conocimientos que hoy en día sabemos que al hablar de alimentación, podemos decir que ha sido influenciado mucho con el desarrollo del ser humano, esto debido a los resultados que se han ido obteniendo los individuos gracias al consumo de la variedad de los alimentos, por lo que es significativo para la Sociedad, por que se ha observado que algunos alimentos cuentan con propiedades benéficas o dañinas para el cuerpo humano, como por ejemplo, en la actualidad podemos encontrar nuevas modalidades que nos repercuten en la salud, ya que podemos adquirir comida chatarra, como: sabritas, golosinas, refrescos, etc., dicha comida es dañina consumirlas para el ser humano, y de igual manera podemos encontrar diferentes alimentos, benéficos, como: frutas, verduras, semillas, carnes, arroz, agua purificada, etc, las cuales son buenas y necesarias para el buen funcionamiento, esto si la persona come lo que necesita su cuerpo, también podemos encontrar a personas carnívoras, que comúnmente solo come productos de origen animal, de igual forma existen personas vegetarianas, que son todo lo contrario, que no consumen cosas de origen animal. Con el uso adecuado del internet, libros y de las aulas de educación que se practica en las instituciones escolares que hoy en día se cuenta, nos puede ayudar a comprender, analizar y concientizar en el consumo de la alimentación, gracias a todos esos recursos para obtener información de los alimentos, podemos satisfacer ciertas necesidades y conocer las funciones de cada uno de ellos que suceden en el organismo.

<sup>1</sup>Según la lectura que realicé en una página web, es que los beneficios alimenticios que provocaban el progreso en la visión y el conocimiento (entendiéndose por conocimiento la localización de los frutos y la capacidad de aprender y recordar las partes comestibles de las plantas) promovieron el desarrollo de un cerebro, proporcionalmente, de gran tamaño, rasgo éste que distingue a los primates desde su aparición. Finalmente, considero importante indagarse de información, para diferenciar los buenos alimentos y los que no lo son, para tener una vida saludable.

---

<sup>1</sup> <https://www.elsevier.es/en-revista-offarm-4-articulo-influencia-alimentacion-el-comportamiento-humano-13034832>

