



**Nombre de alumno:** ANA PAOLA SEGUNDO FIGUEROA

**Nombre del profesor:** DANIELA RODRIGUEZ

**Nombre del trabajo:** ENSAYO

**Materia:** INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN

**Grado:** 1°

**Grupo:** "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 18 de septiembre de 2020.

En esta búsqueda de información se llevara a cabo la mención de todas las funciones de la nutrición en base a la ciencia en que se beneficia dentro de nuestros alimentos ya que en esta vinculado dentro de nuestros alimentos y de qué forma los ingerimos de acuerdo a la forma de la alimentación que lleve el ser humano para que se lleve a cabo cada componente de los alimentos.

## **NUTRICIÓN COMO CIENCIA**

Es cuya ciencia que estudia todos los bioquímicos y los fisiológicos que suceden en el organismo. En la nutrición consiste en que se lleve una buena nutrición es decir que se lleve una variedad de alimentos, dentro de ellos también se menciona la limitación de consumo de algunos alimentos y bebidas ya en otro punto es el control de algunos otros alimentos y calorías que se ingiere en el cuerpo humano.

En la actualidad la nutrición como ciencia es mas reciente ya que se menciona que en el siglo XVIII el francés Lavoisier hizo la primera observación de dicha materia. En siglos anteriores ya habían mencionado la importancia de los alimentos en el desarrollo del ser humano.

En el siguiente siglo XIX se iniciaron algunos cambios básicos en la alimentación de todo el mundo ya que se debe a los dichos estudios científicos basándose sobre la energía, proteínas pero sobretudo en las vitaminas. Dentro de los estudios científicos también hubo la elaboración de la lata ya que ello influenció y revoluciono el manejo de los alimentos.

Mientras tanto en el siglo XX se caracterizo por la rapidez de las investigaciones y estudios científicos en el campo de la ciencia ya que especialmente está relacionado con la salud, ya que se descubrieron varios elementos que inciden en ella ya que anteriormente eran ignoradas, lo cual es el caso de la insulina, también una serie de vitaminas y minerales así mismo funciones fisiológicas que eran desconocidas.

En la actualidad la nutrición como ciencia alberga innumerable cantidad del área de conocimiento entre que se mencionaran continuación: química, fisiología, endocrinología y ciencias sociales.

Actualmente es un área que se caracteriza como una ciencia que es tan vasta y a su vez difícil ya que los conocimientos esperan que los profesionistas se conviertan en la autoridad en todas sus ramas, ya que las investigaciones son realizadas en equipos. La nutrición como ciencia aporta conocimiento para una mejor calidad de vida y la prevención de enfermedades para el ser humano.

Por ello la nutrición es fundamental en el desarrollo del ser humano ya que dependiendo el tipo de metabolismo tenca cada cuerpo huma es la cantidad de vitaminas, proteínas entre otros que se pueden encontrar en los alimentos adecuados y la disminución de las comidas grasas.

Así mismo se puede dar a definir que es la ciencia que estudia lo fisiológico y el metabolismo de los cuales ocurren en la ingesta de alimentos en el cuerpo humano, dentro de ellos las enfermedades y síntomas pueden ser prevenidas o en otro punto aliviadas con una determinada alimentación.

Dentro de ello la ciencia de la nutrición tiene la intención de entender los aspectos dietéticos específicos en una dieta para mantener una vida saludable, su propósito de la nutrición es la explicación de las respuestas metabólicas y fisiológicas del cuerpo humano ante una dieta sana.

En conclusión la nutrición como ciencia es a mas importante para nosotros como nutriólogos ya que se basa de acuerdo a los beneficios sanos de cada dieta que cada cuerpo humano lleve a cavo es decir que se mostrara los beneficios y las desventajas en algunos casos pero en si la ciencia de la nutrición ayuda a que se calcule metabólicamente los beneficios de la dieta que lleven.

(Aguilar, 2010)