



Nombre de alumno (a):

Karine Abigail Vicente Villatoro

Nombre del profesor:

Lic. Daniela Rodríguez Martínez

Nombre del trabajo:

Evolución en la alimentación

Materia:

Introducción a la alimentación

Grado: 1°

Grupo: "A"

INTRODUCCIÓN

Uno de los temas importantes que se ha vivido en diferentes etapas de nuestra existencia también es la forma en la que los seres vivos y los animales fueron adaptándose a la evolución que han llevado los alimentos y como se han conseguido estos.

Aprendiendo diferentes formas de obtenerlo y de que puede ser comestible y que no ya que se llevó un conocimiento desde la era prehistórica hasta el día de hoy. Es por eso que este ensayo consiste en redactar este proceso evolutivo que se ha llevado a través de los años.



EVOLUCION DE LOS ALIMENTOS

Los alimentos son fundamentales en el ser vivo ya que nos proporciona una gran cantidad de energía que utilizamos en el cuerpo y se pueden clasificar de diferentes formas dos de ellas que serían los orgánicos y el inorgánico, los orgánicos se encargan de las vitaminas, grasas, hidratos de carbono, proteínas etc., mientras los inorgánicos nos aportan agua, oligoelementos y minerales. También puede clasificarse en el plato del bien comer que está dividido en frutas, verduras, cereales, leguminosas y alimentos de origen animal.

La evolución que ha llevado desde hace mucho tiempo como la prehistoria donde los alimentos los consumían sin cocinarlos hasta que descubrieron el fuego y su dieta era desde frutas, verduras, semillas, larvas, insectos, carne, entre otras cosas en esta época la necesidad obligo al hombre también a tener dietas menos sabrosas pero abundantes para poder sobrevivir , después evoluciono a la era neolítica donde se conoció la ganadería y la agricultura en lo cual empezaron a cultivar lo que se conoce como cereales tales como la cebada, avena, centeno y trigo y a tener consumo de hortalizas y legumbres a domesticar animales tales como vacas, ovejas, cabras, bueyes y ocas .En la edad media el alimento estrella era el pan que se destacaban por el mijo, la cebada, el trigo, el alforfón y avena. En la carne el cerdo era muy popular consumirlo en las clases altas. En esta misma época descubrieron que igual podían consumir otros alimentos como el cacao, patatas, fresas maíz y pimientos.

Del siglo XIX hasta la fecha surgió la industrialización que ha podido reproducir alimentos a gran escala como las harinas, aceites, mermeladas, mantequilla y quesos también a producir comidas con conservantes y para que estén un tiempo refrigerados y también a la irrupción de las comidas rápidas, algunos alimentos también son procesados en su crecimiento como por ejemplo las frutas y verduras

que son fumigadas para su consumo ya sea para que crezcan rápido o se vuelvan muy grandes.

En la actualidad se ha cambiado radicalmente la manera de alimentarse aunque lo preferible es comer de manera saludable sin tantos conservadores ya que durante estos cambios igual se desarrollaron muchas enfermedades las cuales han hecho estudios por medio de la fundación Caixa y los resultados fueron que las siguientes generaciones podrían vivir menos.



CONCLUSIÓN

Observamos que se fueron descubriendo alimentos durante el paso del tiempo diferentes formas de prepararlo como algunos alimentos también tuvieron un gran impacto en la clase alta hasta la fecha. En el paso del tiempo también se conocieron las famosas comidas procesadas, congeladas y la comida rápida que ha sido uno de los más grandes factores de las enfermedades que hoy en día se conocen.



BIBLIOGRAFIA

<https://redmedia.com/alimentos/evolucion-alimentacion-humana/>

<https://definicion.de/alimento/#:~:text=Adem%C3%A1s%20de%20todo%20ello%20es,encont>

<https://www.vitonica.com/dietas/vivir-menos-por-culpa-de-la-alimentacion-actual#:~:text=Con%20e>

<https://comecarne.org/la-carne-y-el-plato-del-bien-comer/>