



Nombre de alumno: Felipe de Jesús López
Avendaño.

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Mendez
Guillén.

Nombre del trabajo: Ensayo.

Materia: Alimentación y Cultura.

Grado: Primer Semestre.

Grupo: Nutrición.

¿Sabías que la sociedad influye en tu personalidad o tu estilo de vida? ¿La cultura forma parte de la sociedad? ¿La nutrición es un estilo de vida? Desde la aparición del ser humano, se puede decir que cada persona tiene diferentes formas de pensar y de reaccionar ante una situación, de tal manera que mientras pasa el tiempo se adoptan nuevas ideas, costumbres y creencias, por lo que nos conlleva a variar nuestro estilo de vida, esto debido a que la sociedad tales como la familia, religión, grupos de edad, la escuela y/o trabajo, los medios de comunicación y las normas para la socialización, que son elementos que regulan nuestra forma de relacionarnos con el entorno, ya que dichos factores sociales pueden influenciar ante lo que hacemos diariamente.

Cabe destacar que el humano se caracteriza por estar aprendiendo constantemente, por lo tanto **puede variar** la forma de pensar y de hacer ciertas cosas que estamos acostumbrados a realizar.

De acuerdo con lo acontecido, podemos decir que la alimentación es un tipo de cultura que llevan acabo diariamente las personas, ya que es una necesidad biológica y cada persona crece con diferentes formas de alimentarse, por otro lado un ejemplo muy claro de una cultura aceptada ante la sociedad es¹ “Cuando vamos a un restaurante esperamos comer sentados y con cubiertos. Nadie se cuestiona si comerá de otra forma”, como bien antes dicho; nuestros hábitos suelen variar con el tiempo, la única forma de aprender y asimismo cambiar nuestros hábitos, “es cuando viajamos a un país con otra cultura; con otra manera de pensar y hacer las cosas”, todo esto es regulado mediante la conciencia de cada persona, esto es por medio de “la valoración que puede hacerse ante una cultura genera dos actitudes distintas: el etnocentrismo, que consiste en considerar la cultura propia como la mejor, y el relativismo cultural, creer que no hay unas culturas mejores que otras”, para poder llegar a una valoración se toma en cuenta las diferentes necesidades de cada persona, además, se puede decir que en la actualidad ²“La alimentación cumple estas dos funciones básicas: nutricional y cultural”, de igual importancia “la comida, a hacer visible sólo la parte nutricional de la comida y su relación con la salud, la comida cumple la función socio-cultural de comunicar una idea, de aportar bienestar emocional, o de reforzar la unión de los grupos sociales”, de ahí parte la decisión de cada individuo en la alimentación que desee llevar durante su vida diaria, tomando en cuenta la seguridad de este, por lo tanto, considero importante la moral que se tenga respecto al tema de la alimentación en cuanto es la toma de decisión que se desee llevar acabo en nuestra vida diaria, si se toma en cuenta los diferentes factores que alteren algún estilo alimenticio ya que puede ser tanto bueno como perjudicial.

¹

(s.f.). Obtenido de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/cd43ff17c5b860c72123e676d1e110d8.pdf>

²

(s.f.). Obtenido de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/cd43ff17c5b860c72123e676d1e110d8.pdf>