



Nombre de alumno:

Laura Camila Ortega Alfonso

Nombre del profesor:

Daniela Monserrat Mendez

Nombre del trabajo:

Ensayo

Materia:

Alimentación y Cultura

Grado:

1

Grupo: A. LNU

Comitán de Domínguez Chiapas a 16 de OCTUBRE de 2020.

INTRODUCCIÓN

Es bueno saber sobre la cultura de nuestro país para enriquecer nuestros conocimientos, tanto música, tradiciones, lenguaje, religión, vestimenta. En este ensayo nos enfocaremos en los alimentos como fenómeno cultural.

Una cultura alimentaria es la formación de hábitos alimentarios necesarios para mejorar la calidad de vida

en algunas culturas el alimento, la forma en cómo se consumen y se combinan, está por encima del teatro, la música, la danza y la poesía.

Sin embargo a lo largo de los años este arraigo por los alimentos y su significado se ha ido perdiendo o bien modificado por la adopción de nuevas culturas (costumbres) que van desde la eliminación de ingredientes hasta la adición de los mismos, todo ello por exigencias de las comunidades y consumidores que han transformado las necesidades básicas de nutrición en deseos o gusto por ciertos sabores.

Al igual que las sociedades van sufriendo transformaciones y cambios para adaptarse a los nuevos tiempos, la alimentación ha ido evolucionando y cambiando en paralelo. Inicialmente la preocupación era la escasez alimentaria y por ello la búsqueda de nuevas formas de producción era algo necesario, pero con el tiempo hemos pasado a la abundancia alimentaria con los problemas que de ella han derivado. La alimentación ha pasado de ser un asunto doméstico a asumir hoy en día una importancia considerable dentro de la sociedad y a abarcar distintos aspectos dentro de la misma. Por ello, ya no se estudia desde un solo punto de vista sino desde varios dándole un enfoque claramente pluridisciplinar

En definitiva, el consumidor de hoy tiene nuevas expectativas y valores por lo que surge un nuevo perfil de consumidor preocupado por la salud, la ecología, lo natural y la dieta.

Seguir hábitos alimentarios saludables no sólo previene, sino que también evita enfermedades, por lo que conviene seguir las recomendaciones de los especialistas en el campo de la salud, haciendo de los alimentos nuestra mejor medicina.

Las sociedades con un bajo desarrollo económico tienen malas comunicaciones y sus habitantes baja capacidad adquisitiva, de manera que los alimentos que disponen tienen una procedencia local y están poco transformados.

La cultura es “el conjunto de maneras de pensar, sentir y actuar más o menos formalizadas que, aprendidas y compartidas por una pluralidad de personas, sirven de un modo objetivo y simbólico para constituir a estas personas en una colectividad particular”.

Como se puede ver, la cultura incluye la actividad cognitiva, la afectiva y el comportamiento de las personas.

Los componentes culturales son el conjunto de prácticas, formas de expresión sociales, artísticas y políticas, tradiciones, costumbres y regionalismos que caracterizan una sociedad y la distinguen de otras.

Todos los seres humanos desde el momento que nacemos debemos entrar en un proceso de adaptación para poder convivir con los demás también llamado como socialización

El ser humano no se realiza en solitario, sino en medio de otros individuos de su misma especie, de forma que si careciera de esta relación de periodos fundamentales de su evolución, no podría vivir con normalidad en nuestra sociedad. Existen dos tipos de socialización: Primaria: Te preparan a cómo tratar a las personas como es lo debido al momento de relacionarte con las personas, ya sean valores, normal te hacen ver que es lo correcto es la etapa donde existen los castigos etc. Y la socialización secundaria: En esta etapa se reajustan las pautas y creencias ya adquiridas, en esta como ya tuviste mecanismos adquiridos como los valores etc. y ya los experimentaste en esta es más la comunicación y explicar porque no es correcto

CONCLUSION

Como conclusión podemos decir que la cultura en la nutrición es muy diferente en cada país, estado e incluso poblado. Puede depender de las creencias, los valores, las normas y los hábitos de cada persona, pero también de los recursos que tengan, y que de esto derivan algunos problemas como la mala conservación de alimentos e incluso no tener acceso a todos los alimentos necesarios para tener una calidad de vida eficaz.

La nutrición como proceso interactúa con la cultura de cada región, siendo esta la que define en muchas ocasiones el desarrollo de enfermedades como la obesidad y las enfermedades crónico degenerativas no transmisibles, ya que estadísticas nacionales muestran cierta disparidad entre estados.

Socializar con los demás es algo inevitable y es de suma importancia para la convivencia entre los seres humanos. Nos ayuda a desarrollar un sentido de pertenencia, tener mejor fluidez verbal, seguridad en ti mismo y desarrollo de la empatía.

Los seres humanos estamos hechos para ayudarnos unos con otros, no dejarnos caer y si nos caemos nos extendemos la mano para levantarnos.

REFERENCIAS

<https://comefruta.es/alimentacion-como-fenomeno-social>

<https://www.lifeder.com/componentes-culturales/>

<https://es.scribd.com/document/365802566/ENSAYO-Proceso-de-Socializacion>

[https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/cd43ff17c5b860c72123e676d1e110d8.](https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/cd43ff17c5b860c72123e676d1e110d8)