



**UNIVERSIDAD DEL SURESTE**

**E.L.N GUADALUPE FLORES ZAVALTA**

**DOCENTE: ING. EDUARDO ARREOLA JIMÉNEZ**

**ENSAYO UNIDAD I**

**TRASTORNOS DE LA CULTURA ALIMENTARIA**

**NOVENO CUATRIMESTRE**

**LIC. NUTRICIÓN**

**TAPACHULA CHIAPAS A 21 DE MAYO DEL 2021**

# INDICE

<b>OBJETIVOS.....</b>	<b>3</b>
<b>INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>3</b>
<b>DESARROLLO .....</b>	<b>4</b>
<b>CONCLUSIÓN .....</b>	<b>7</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>7</b>

## OBJETIVOS:

El objetivo es conocer todos los conceptos y aspectos que se relacionan con la alimentación y la nutrición, principalmente porque mediante esto se determinarían cuáles son las características que favorecen la fijación de hábitos saludables y cuáles son las paradojas o dimensiones que se relacionan con los alimentos en la vida del ser humano, de acuerdo a la descripción del texto de los temas principales se apreciaría analizar cuáles son las tendencias más sobresalientes en la actualidad

## INTRODUCCIÓN

Los hábitos alimentarios son comportamientos que varían en cada persona debido que cada individuo maneja diferentes culturas y religiones de por medio, esta diversidad se han ido reflejando con el paso de los años por medio de la alimentación y de los alimentos que se disponían antiguamente y los que se han ido transformándose para cumplir con las necesidades de cada individuo, a pesar que los hábitos son forjados desde la primera etapa de la vida del ser humano pueden llegar a cambiar u optar diferentes en el paso del tiempo sin importar si estos son beneficiosos o defectuosos para su salud, es por eso que la formación de hábitos saludables es indispensable dentro del desarrollo del ser humano principalmente en la niñez para que en la adolescencia se perciban cambios flexibles en su alimentación, evitando que paradigmas tecnológicos, publicitarios o estéticos que influyen en la publicidad de las nuevas industrias alimentarias no afecte tanto los hábitos presentes del individuo. Cabe mencionar que los cambios que presentan diferentes empresas alimentarias se deben a los avances tecnológicos y científicos que el mismo hombre ha ido implementando como es el caso de las nuevas tendencias alimentarias donde se determina que la distribución y el consumo de alimentos es una forma muy expresiva de la organización familiar, laboral y escolar, lo cual las empresas alimentarias los ven como una

técnica más para poner a su disposición alimentos que no tengan problemas al ser distribuidos o sean especialmente diseñados para facilitar la preparación y consumo de los mismos y es ahí donde las empresas alimentarias deben adaptarse a los grandes o pequeños cambios que muestre una población en sus hábitos alimentarios, pero también deben forjarse a cumplir o analizar ciertos factores que resulta impulsores de las tendencias que tiende a manipular así mismo buscan están preparados para ciertas competencias que se presenten en el mercado, para ello las empresa alimentaria debe saber que la elección de alimentos está condicionada por el factor económico, el gusto, la comodidad, la agilidad en la preparación culinaria y uno de los puntos más importantes el valor nutritivo de los alimentos aporten para la dieta de cada individuo así mismo se debe de reflejar una seguridad alimentaria cumpliendo ciertas normatividad que distingue un buen etiquetado al de la competencia, otros de los problemas que se dispone el desarrollo alimentario son los alimentos que muestra una nula aportación de nutrientes en la dieta, estos son caracterizado por ser rápidos y económico en otros aspectos accesibles pero que su vez provocan un panorama preocupante para la instituciones del are de salud debido que en la actualidad se disponen de hábitos alimenticio deficientes en nutrientes y altos en energía.

## DESARROLLO

Los hábitos son comportamientos aprendidos o desarrollados mediante la interacción familiar, estos son repetitivos y automáticos, también son considerados como tendencias elegidas por el mismo o por sus familiares que lo rodean y son los encargados de orientar la conducta o el comportamiento alimentario de cada individuo, es por eso que la educación nutricional es la base de adoptar buenos hábitos alimenticios principalmente desde la niñez. pero muchas veces esto se ven más vinculados a la creencias, tradiciones, costumbres y estatus económicos que el de llevar una alimentación que cumpla con una adecuada nutrición, durante la primer etapa de la vida la familia se encarga de inculcar los hábitos que te forjaran hasta la adolescencia y partir ahí comienza otros hábitos lo cuales se relacionan más con los estatus culturales sociales y económico principalmente con los de cañones de belleza donde se busca que las persona presente curvas en su físico o una delgadez sin importar si esta presenta buenas conductas o pautas alimentarias o si pone en riesgo su salud, la psicología de los jóvenes se ve alterada por una globalidad publicitaria que se enfoca en atribuir beneficios a ciertos alimentos o el discriminar a un alimento por el simple Hecho de aumentar más la demanda en los mercados de venta, pero dentro de los hábitos

también existe la controversia de la mala alimentación que se ha ido desarrollando como es el caso de los servicios rápidos que buscan cumplir con la necesidad de los clientes en tiempo y forma pero no cubrir sus necesidades nutricionales, Es por eso que en México el problema de obesidad y enfermedades crónicas degenerativas se asocian a la nueva evolución alimentaria por impartir una mala educación nutricional de los individuo desde muy pequeños, esto se debe a que la mayoría pasan horas laborando en estado sedentario pero con un consumo de alimentos hipercalóricos en su dieta.

También la evolución alimentaria se debe a factores sociales, culturales y económicos que buscan mejorar cada día el proceso para seguir aumentando la oferta y demanda de sus productos, pero mas allá de esto existen dimensiones que caracterizan a un alimento como es el precio que presenta el producto que puede resultar para ciertos consumidores asequible y para otros no, debido al bajo ingreso económico que presenta o al crecimiento familiar de los grupo de población que están interesado en consumirlo, otra de las dimensiones que marca a un alimento al incluirlo en la dieta son las dimensiones de la calidad física como es el caso de su aspecto externo que viene determinado por el color, olor, textura, forma y sabor.

Las personas buscan opciones diferentes cada día al consumir alimentos o incluirlos a la dieta, sin importar las posibles afectaciones que suelen presentar a futuro, el impacto de Los nuevos estilos de vida han ido condicionando a la población de tomar hábitos poco saludables en su vida cotidiana, así mismo el desarrollo de nuevas tecnologías en el área alimentaria en los últimos años provocaron que distintas poblaciones presentaran ciertas preocupación por la salud en relación a la alimentación ya que la elección de alimentos en personas como menor aporte económico o con mayor ingreso no son las adecuadas para obtener beneficios a largo plazo. Como se mencionó anteriormente las nuevas tecnologías alimentarias se enfocan en percibir mayor demanda de sus productos por parte de consumidores de edad joven los cuales son mas atraídos por estatus publicitarios que se relacionen con las modas globalizadas que propone la sociedad que lo rodea, todo esto se debe que las nuevas empresas alimentarias o serviciales se enfocan más en sobrepasar la competencia que con cumplir con la normatividad, principalmente porque las personas acceden a un alimentos por su publicidad antes de conocer el valor nutritivo de los alimentos, poniendo en riesgo los hábitos alimentarios de niños y adolescentes podemos los cuales en alguna de las ocasiones o de forma habitual se ven obligados u orientados a consumir alimentos con bajo valor nutricional y alto valor calórico por el simple hecho de

ser alimentos rápido y aceptables en todo momento u ocasiones, En México el consumo excesivo, de hamburguesas, refresco, pizza entre otras cosas que son fáciles y rápidos de preparar suelen ser más frecuentados por la población infantil y juvenil en fines de semana, días festivos, así como en diferentes celebraciones.

Consumir estos alimentos de vez en cuando, no presenta mayores problemas en realidad pero el fijarlos como hábitos alimentarios ponen en riesgo a la salud de diversos consumidores, afortunadamente también se ha ido evolucionando en base a la solución de ciertos problemas que afrontan cada empresa en la actualidad, uno de los métodos son los aspectos que la industria alimentaria debe de poner en marcha en sus nuevos productos para brindar una correcta información nutricional y fomentar la Buena alimentación en la población consumidora, la educación del consumidor sobre nutrición y alimentación es una de ellas debido que el dar conocimiento a la población en general puede reforzar hábitos adecuados debido a la numerosa información que incorpora el etiquetado de los productos para muchos individuos desconocen el tema y terminan por evadirlo, también es importante reconocer que la oposición de aceptar una publicidad estética que vaya contra la buena salud es uno de los aspectos que favorecen la mejora de los hábitos de los jóvenes en la Actualidad y evitar que esto genere cambios drásticos por el simple hecho de mantener una modernidad de tener un físico con una delgadez extrema y patológica.

También los factores socioculturales afectan el consumo de alimentos en población debido que en la formación de los hábitos se forma un ambiente diferente donde diversas personas prefieren un alimentos por sus característica visuales y su sabores sin conocer el valor nutritivo que presenta, se entiende que un patrón cultural alimentario se presenta desde el nacimiento, en un lugar determinado y en relación con una sociedad que los rodea pero con el cambio científico , tecnológico y económico que sucede en el lugar pueden derivarse comportamientos que alteren la correcta forma de alimentarse y terminen por alterar el del patrimonio biológico y cultural que arraigaba el consumidor en su debido momento entre estos factores podemos reconocer algunos que extrémense o afectan la nutrición y las conductas alimentarias humanas (Técnicas de producción, elaboración y conservación marketing social y de consumo, las posibilidades de comunicación y transporte).

## CONCLUSIÓN

Los hábitos alimentarios muestran una serie de paradojas que se imponen en la sociedad, así mismo existen diversos factores socioculturales que como se mencionó anteriormente afectan las conductas alimentarias de diversas personas, es por eso que en la actualidad existen múltiples aspectos que buscan el conducir a la empresa alimentaria en mejorar los productos de una forma saludable teniendo en cuenta la necesidades que el consumidor desee cubrir, también se debe de reconocer los desequilibrios en la dieta por exceso y por defectos son una de la problemáticas que corresponde el formar malos hábitos al tal grado de llegar a afectar la salud y que todo esto se debe a las nuevas tendencias que se han desarrollado en la industria de la publicidad alimentaria y los nuevos hábitos que presentan los niños o jóvenes en la actualidad, principalmente porque el tener una relación familiar favorece el ambiente psicosocial en estas edades donde los cambios psicológicos y emocionales pueden influir en la dieta, dando excesiva importancia a la imagen corporal, sin importar las posibles consecuencias que se pueden presentar, es por eso que las industrias alimentarias también buscan mantener una correcta relación por medio de aspectos que favorezcan el optar por buenos hábitos alimentarios o en alguno de los casos eliminar los desfavorables y promover más la información nutrimental de los alimentos con mayor consumo.

## BIBLIOGRAFÍA

A) Baztarica Jarauta et al. Controversias sobre los trastornos alimentarios. International Marketing and Communications, S. A. Madrid.

B) Ortiz Montcada, María del Rosario. Alimentación y Nutrición. Universidad de Alicante. Colombia.

C) Muñoz Rodríguez, Lorena. Estudio de la Influencia de la Publicidad de Productos de Alimentación. Universidad Autónoma de Barcelona. Publicado en Mayo 2016.

