



ÜDS

Mi Universidad

Introducción a la Nutrición
Primer Cuatrimestre



Licenciatura en Nutrición.
Marbella Vázquez Hernández.

Tema:

Unidad 1

Antología de la unidad.

Síntesis

Evolución histórica de la ciencia de los alimentos.

Ciencia de los alimentos en el siglo XX.

La nutrición como ciencia.

La nutrición como ciencia.

Expectativa de la materia

Mapa conceptual, cuadro sinóptico, súper nota, Ensayo.

Catedrática. Daniela Monserrat Méndez Guillen.

Septiembre – Diciembre.

Antología de la unidad

Comprender la importancia de la nutrición nos ayudara a mantener información sobre la ingesta de los alimentos, como elegir comer saludable, la estructura para poder llevar una alimentación equilibrada, los procesos metabólicos y el equilibrio en nuestro cuerpo.

Es preciso que aprendamos a conocer la comida, en que consiste, cual es la obtención, su preparación e ingestión de los alimentos y por supuesto como lo absorbe nuestro organismo y su funcionalidad seria mejorar y mantener un estado de salud optimo que nos permita poder desarrollar nuestras actividades diarias y tomar decisiones sobre una alimentación adecuada, el principal objetivo seria orientar y enseñar un programa de nutrición saludable, que nos permita llevar a cabo un diagnostico al paciente y poder monitorear el progreso según sus objetivos, con la única finalidad de poder evitar y controlar enfermedades, la alimentación es pieza clave y fundamental para el paciente.

Síntesis

En la historia de la alimentación se incluían vegetales, raíces, nueces, semillas, y frutas se remonta hace 7,000,000 de años factor clave para su evolución, analizar el proceso histórico del culto al cuerpo y los antecedentes históricos del culto al cuerpo y los procesos históricos del comportamiento alimentario, tuvo inicio en la segunda era del siglo XIX fue una preocupación constante de los gobernantes a la revolución industrial la sociedad paso a grandes transformaciones en el que también surgió los problemas de salud desplazamiento de la producción de alimentos en el que incluyo la creación de instituciones e investigación al igual que infraestructura de laboratorio, en el siglo XX el consumo básico era el de carne y productos lácteos, a finales del siglo XVIII el francés Lavoisier hizo las primeras observaciones sobre la materia, Luigi cornado y otros médicos del siglo XIX inician los cambios básicos en la alimentación mundial debido, A los estudios científicos sobre proteínas, energía y el descubrimiento de las vitaminas también hubieron inventos como la lata que influenciaron y revolucionaron el manejo de los alimentos.

Hipócrates dijo: “Los alimentos deben ser nuestra mejor medicina “En el siglo XIX los estudios científicos pasaron de Francia a Alemania y allí quedaron establecidos los principios fundamentales.

Expectativa de la materia.

La importancia del balance nutricional en nuestra alimentación, aprender a elaborar dietas saludables y recomendables y saber el proceso de digestión, su estructura, aprender los diferentes tipos de nutrientes para su adecuado funcionamiento al organismo de cada paciente.

Mapa conceptual: Nos ayudan a entender un tema en específico relacionado entre ideas y conceptos, son nudos estructurados jerárquicamente y se conectan con palabras de enlace,

Cuadro sinóptico: Forma de esquema de llaves que organizan ideas temas subtemas y conceptos de manera visual se resume en diagramas.

Super nota: Busca captar un punto clave de la información que ha sido registrada por el cerebro en gráficos o viñetas secuenciales que recogen el pensamiento fundamental expuesto en clase.

Ensayo: Escrito argumentado sobre un tema, que tiene como finalidad convencer al lector de las ideas transmitidas de manera detallada.