



NOMBRE DE ALUMNO: AZENETH ISABEL NAJERA ARGUELLO

NOMBRE DEL PROFESOR: LIC. DANIELA MONSERRAT MENDEZ GUILLEN

NOMBRE DEL TRABAJO: SUPER NOTA

MATERIA: ALIMENTACION Y CULTURA

GRADO: 1°

GRUPO: NUTRICIÓN

CULTURA

Según G. Rocher, 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



- Son consideradas como normales o deseables.
- Se encuentran más o menos formalizadas
- Son compartidas por una pluralidad de personas
- Son adquiridas y transmitidas



La cultura incluye la actividad cognitiva, la afectiva y el comportamiento de las personas



ALIMENTACIÓN COMO CULTURA



Los alimentos que tiene a su disposición una sociedad es consecuencia de la cultura que comparten sus miembros.



Cuando esas personas los consumen, no sólo alimentan su organismo para nutrirse, sino también su mente para obtener bienestar (—Como para recordar, y bebo para olvidar||)

La comida cumple la función socio-cultural de comunicar una idea, de aportar bienestar emocional, o de reforzar la unión de los grupos sociales.



La comida sirve: para celebrar una reunión y para provocar una emoción o sentimiento en los comensales, para diferenciarte de otros grupos sociales mediante las especias que se emplean



ALIMENTACIÓN Y SU INFLUENCIA EN LA SOCIEDAD

Son formas que tienen un origen simultáneo recíproca para la subsistencia, por lo tanto su rango de influencia siempre está dada y delimitada a una serie de factores culturales y territoriales de la sociedad en su alimentación



El proceso de socialización intrínsecamente se muestra en una cultura lo que implica su enseñanza y aprendizaje de esta



Este proceso se puede desarrollar habilidades que puedan ayudar a las individuos de una sociedad a llevarlos al proceso de internalización con un criterio planificado



Puede tener un efecto positivo en la sociedad, sobre todo en los niños de tal manera que el proceso de enseñanza aprendizaje pueda darse en la socialización alimentaria, como recurso de educación.

TRANSC-ULTURALIZACION Y SU INFLUENCIA EN LA ALIMENTACIÓN

Cuando una comunidad recibe y adquiere las formas culturales que pertenecen a otra cultura, para luego assimilarlas e integrarlas a su cultura, dejando de lado sus propias prácticas culturales



Este proceso puede hacer referencia a las relaciones entre una comunidad regional y otra nacional, entre una comunidad marginada y otra dominante, una minoritaria y otra mayoritaria



Esto implica desde los hábitos alimentarios hasta el obtener alimentos. El primer punto en considerar que es bueno o malo son los papás ellos se convierten en un ejemplo, siendo los que transmiten de forma inconscientemente.

PROCESOS DE CULTURALIZACIÓN



Es el proceso con el que el miembro de una sociedad asimila la cultura de la misma y dicha sociedad la transmite.

La cultura es aprendida y compartida, por lo que el ser humano no hereda las pautas de comportamiento, las aprende a lo largo de su vida



TENDENCIAS ALIMENTARIAS



Consistiría en un alimento, ingrediente o grupo de los mismos, que está ganando atención e impulso tanto en los medios de comunicación como en el mercado.

Pero convertir el desarrollo de nuevos productos en una verdadera oportunidad de negocio requiere identificar las tendencias en alimentos antes de que éstas se hayan generalizado, a la vez que evitar hacerlo de una manera precipitada



TENDENCIAS DE ALIMENTACIÓN

Son aquellas “recetas” que pasan de generación en generación en el hogar, estas son algunas de las preferencias.



Apuntan hacia la forma de comer para desarrollar inmunidad, y lo mejor, también hacia el cuidado del medio ambiente

VEGETARIANOS

Aquel individuo que lleva adelante un tipo de alimentación basada principal y casi exclusivamente en el consumo de vegetales, frutas, cereales y semillas, dejando de lado cualquier tipo de carne

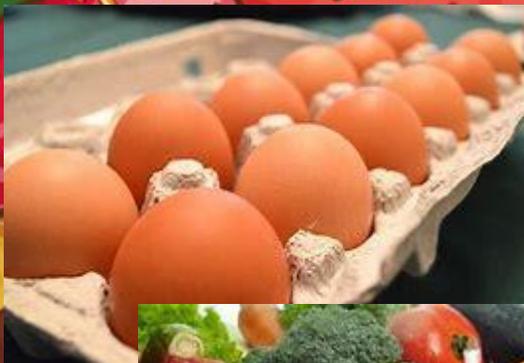


La alimentación basada principalmente en el consumo de vegetales, carece de proteínas y vitaminas que provienen de productos cárnicos. Es por ello que los doctores recomiendan equilibrar la dieta e incluso ingerir tabletas de complementos y/o suplementos alimenticios.

OVOLACTOVEGETARIANOS

Se refiere a la que se permite el consumo de huevos, leche y derivados, pero no se comen carnes ni pescados.





Ésta mantiene un equilibrio y una variedad saludable, pues gracias a esta combinación de frutas, verduras y legumbres, entre otros, permite alimentarse de forma correcta con un buen aporte de vitaminas, minerales, proteínas vegetales, fibras y agua.

APIVEGETARIANOS

Es el que no come productos de origen animal, tampoco lácteos ni huevos, pero sí consumen la miel y derivados.



Se excluyen:

- Azúcar,
- Aditivos alimenticios que contienen la letra E
- Cualquier producto animal
- Se eliminan de la alimentación ciertas verduras, frutas o cereales
- Cítricos

BIBLIOGRAFÍA

Universidad del Sureste. ANTOLOGÍA LNU104 ALIMENTACION Y CULTURA. PDF. Recuperado el 24 de Noviembre de 2021. Págs. 32-42