



**Mi Universidad**



Alimentación y cultura

Primer Cuatrimestre

Licenciatura en Nutrición.  
Marbella Vázquez Hernández.

Tema:  
Antología de la unidad.  
Unidades de la materia 1.1,1.2,1.3,1.4  
Expectativas de la materia.  
Síntesis (mapa conceptual, cuadro sinóptico, una super nota y un ensayo).

Catedrática. Daniela Monserrat Méndez Guillen.

Septiembre – Diciembre.

## Antología de la unidad.

En la historia del hombre la dieta a sido factor evolutivo, la alimentación era a base de frutas raíces tallos, verduras, se volvieron carnívoros y se fueron modificando en homínidos, su alimentación se hizo diversa desarrollaron la masticación lograron estrategias de cultura usando piedras para cortar o triturar los alimentos a los hombres primitivos, ya caminaban de manera erecta, desarrollaron la carroñería la carnicería y la antropagia en el que se incluyó grasas, proteínas y carbohidratos.

Tuvieron una evolución se acorto el tubo digestivo también tuvieron un cambio evolutivo y se dio con el cromagnon, se desarrolló nuevas técnicas de lanzas, herramientas y el fuego. El hombre empezó a alimentarse de raíces vegetales y frutas se volvieron omnívoros, la carne formo un papel muy importante en la dieta, los hominoides caminaban en cuatro patas se alimentaban de lo que recolectaban y tenían una dieta muy escasa, pasaron miles de años para que evolucionaran ya erguidos les permitió cambios a su dieta seguido de la caza, la pesca la agricultura. Tiempo después se hizo presente el descubrimiento del fuego, que tuvo una repercusión higiénica importante, en la evolución humana, después siguió la época del comercio, iniciaron las técnicas agrícolas, mejoraron la producción de los alimentos, dio paso a la cocina medieval, se produjo un cambio social, inicio un cambio de especias, con los diversos alimentos traídos de otros lugares y empezó una nueva era moderna en la alimentación y la evolución humana.

## Unidades de la materia

1.1, 1.2, 1.3,1.4

La historia de la alimentación está estrechamente relacionada con la evolución del hombre. Todos los seres vivos necesitan alimentarse para vivir. Los hábitos alimentarios del ser humano han ido variando para poder adaptarse a las adversidades que el medio les presentaba. Los primeros homínidos obtenían energía y proteínas de frutas, verduras, raíces y nueces.

Al principio se consumían los alimentos sin cocinarlos. La dieta estaba formada por frutas, raíces, semillas, insectos, larvas, y carroña. Con el descubrimiento del fuego se empezaron a cocer los alimentos, un avance que permitió mejorar la asimilación de los nutrientes.

La Revolución comercial comenzó a finales del siglo XII y duró todo el siglo XIII fueron en busca de nuevas alternativas de comercio Otro cambio importante fue el aumento de la población. Mejoro la comida y la economía. Otro resultado importante de la revolución comercial europea fue el cimiento de la riqueza necesaria para la revolución industrial. La gastronomía medieval es el conjunto de alimentos, hábitos alimenticios y practicas culinarias de diferentes países europeos durante la edad media. Los ingredientes más comunes de la cocina medieval europea eran el tomate la patata, cacahuate, el chocolate, y las especias más caras era la pimienta. algunos ingredientes se combinaban extensamente con azúcar para dar a muchos platos un sabor distintivo y generalmente agridulce, transformándose los hábitos culinarios y fincando las bases para la moderna cocina europea.

## Expectativa de la materia

El objetivo principal sería conocer cada etapa de la historia para tener conocimientos sobre la realidad, La humanidad ha evolucionado en todos los medios y la alimentación no es la excepción es por eso que considero importante evaluar el proceso alimentario de la población a nivel colectivo e individual, administrar programas de alimentación, nutrición y educación, realizar investigaciones en estas áreas e integrarse a equipos multidisciplinarios capaz de desarrollar, diseñar, operar, controlar los procesos de transformación de los alimentos para la obtención de productos alimenticios útiles para el hombre. La revolución culinaria se basó en la incorporación de muchos vegetales que eran desconocidos o considerados inaceptables y la importancia de conocer la historia y su evolución en cuanto a la alimentación que fue un parte aguas para la humanidad de épocas remotas hasta hoy en día.

## A manera de síntesis.

**Mapa conceptual:** El objetivo es conseguir el significado de algo por medio de enlaces que pueden ser analizados fácilmente. Ideas que nos sirven de herramienta para organizar de manera simplificada los conceptos.

**Cuadro sinóptico:** Nos sirve para identificar la información más importante de las partes de un texto con la finalidad de poder comprenderlo mejor. Es una forma de resumir y organizar ideas en temas, subtemas y conceptos. Mediante un diagrama o esquema de llaves.

**Super nota:** Nos sirve para anotar las ideas más importantes de una clase, según el orden en que fueron expuestas y seleccionar de la información previamente anotada las ideas centrales, principales para un mejor entendimiento de la información, y de esta manera sea más sencillo la consulta del mismo.

**Ensayo:** Varía según su tipo: en el crítico es emitir juicios sobre un hecho, el argumentativo busca persuadir por medio de razones, datos y otras evidencias; y el ensayo literario expone reflexiones sobre un tema usando un lenguaje creativo para causar un placer estético en el lector.