

ENSAYO

*Nombre del alumno:* Claudia Sofia Chávez Laparra

*Parcial* 1°

*Nombre de la materia*: Introducción a la nutrición

*Nombre del profesor*: Daniela

*Nombre de la licenciatura*: Nutrición

 **ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA NUTRICIÓN**.

La historia de la nutrición le da significado al presente ya que con el conocimiento ya experimentado del pasado sirve para mejorar lo que sucede ahora. Esto es posible gracias **a** los pensadores preocupados por las problemáticas sociales, es decir, gracias al esfuerzo del hombre a lo largo del tiempo en cuestión de la nutrición y salud se han incorporado nuevas informaciones y métodos yendo de la mano con la ciencia y tecnología siendo un estudio de 200 años de historia sobre los alimentos y como aprovecharlo. Como la nutrición es componente básico para la salud es denominada como una ciencia aplicada, actualmente la industria alimenticia tanto clínica y pública tiene muchos espacios para su mejoramiento pero la innovación actual se enfoca en el equilibrio con el sabor y la salud. Para comprender la historia de la nutrición tiene que ser de forma cronológica así que comenzamos con el hombre primito que fue factor esencial para la formación y progreso de las sociedades. La dieta de los hombres primitivos consista en la caza, la pesca y recolección de frutos, vegetales y semillas silvestres, vivían en forma nómada distribuidos en pequeños grupos al pasar un poco el tiempo cuando el hombre primitivo se vuelve sedentario se dieron las primeras organizaciones sociales en las cuales ahora ya habían cambiado su dieta cuando comenzó a domesticar animales y cultivar plantas para su propio consumo de ese momento se fue progresando tanto hasta el punto de llegar a ser grandes ciudades y hasta naciones. En la época antigua en Roma ya se trataba de indicar en la dieta un tratamiento para la cura de sus enfermedades aunque no sabían exactamente que alimentos usar. En el renacimiento (siglo XV y XVI) ya se contribuían con las primeras bases de la medicina con los primeros dibujos anatómicos como los de Leonardo Da Vinci. En la época del método experimental, Hipócrates logró modificar y perfeccionar los conceptos antiguos respecto a los alimentos. También se formaban sociedades científicas que publicaban revista donde daban a conocer los resultados de sus investigaciones. Llenado el siglo XVII por Antonie Lavoisier científico francés fue quien se intereso e investigo sobre el metabolismo de ahí se comenzó a avanzar pues ya surgían científicos que comenzaban a estudiar mucho más crítico las proteínas, las grasas y los hidratos de carbono y a preguntarse como funcionaban en el cuerpo, de donde provenían y que tan necesarias eran en la alimentación. 22 años después comenzaban salir los primeros conceptos de la nutrición como por ejemplo ¿qué es la proteína? Según los estudios de Magendie es la materia nitrogenada de los alimentos albuminosos. Otros investigadores descubrieron la importancia del Calcio y Fosforo pues nos ayudan al desarrollo del esqueleto. Hasta la fecha se hacen descubrimientos, actualmente sabemos que al menos 16 elementos forman parte de la estructura del cuerpo como el Hierro. En la época actual es cuando surge la Nutrición en Salud Pública como un nuevo enfoque.

 Actualmente a estas alturas ya podemos saber que la alimentación es una actividad fundamental en nuestra vida diaria, tiene un papel tanto social como natural en el ser humano. Entonces e puede decir que la alimentación es la ingesta de los alimentos por parte de los organismos para cubrir su necesidad alimenticia y el alimento es todo aquel producto que por sus componentes químicos puede formar parte de nuestra dieta con el objetivo de calmar el hambre y aportar los nutrientes necesarios para mantener la salud. Para aclarar confusión, nutrición y alimentación se tienen que son sinónimos pero eso es un error. Entonces ¿qué es la nutrición? Podemos decir que la nutrición consiste en la reincorporación y formación de materia y energía para los organismos y así puedan llevar a cabo los 3 procesos fundamentales que son el mantenimiento de las condiciones internas, desarrollo y movimiento, mantenido en un equilibrio. Gracias a esto se descubrió la nutrición autótrofa (organismos que producen su propio alimento como las plantas) y la nutrición heterótrofa (organismos que necesitan de otros para vivir como los animales). Entonces como ahora sabemos el proceso de la digestión es el proceso de la nutrición y podemos decir que la digestión es el proceso de transformación por hidrólisis (rompimiento de moléculas) de los alimentos para que así en moléculas pequeñas puedan pasar por la membrana por vía mecánica o química. Hasta ahora hemos visto la definición de nutrición pero desde la vista bilógica pero también se puede definir como una ciencia, entonces la nutrición como ciencia estudia la forma en el que el organismo utiliza la energía de los alimentos para mantenerse y crecer, mediante el análisis de los procesos: ingiere, digiere, absorbe, transporta, utiliza y extrae los nutrientes. Sabiendo todo lo visto ahora nos damos cuenta que un Licenciado en Nutrición es un profesional capaz de brindar atención nutriológica a individuos sanos, en riesgo o enfermos así como a grupos de diferentes sectores de la sociedad. Tiene la habilidad de integrar, generar y aplicar conocimientos, habilidades y actitudes que permitan su desempeño en campos profesionales como: nutrición clínica, nutrición poblacional, servicios de alimentos, tecnología alimentaria entre otros campos. Su investigación consta de realizar diversos tipos de estudios, análisis y ensayos para generar evidencia científica que sustente una mejor decisión para a salud nutricional. Existen organizaciones encargadas de la alimentación y nutrición son internacionales y regionales y estas ayudan a los países en desarrollo a modernizar y mejorar sus actividades agrícolas, forestales y pesqueras con el propósito de asegurar una buena nutrición para todos, como por ejemplo la muy ya conocida OMS (Organización Mundial de la Salud) que su objetivo es que todos los pueblos puedan gozar el grado máximo de salud que puedan alcanzar.