

# **ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA NUTRICIÓN**

Ensayo interpretativo

Daniela Monserrat Méndez Guillen

Lucero Pérez Solórzano

Licenciatura en Nutrición

Primer cuatrimestre

Septiembre 2023

¿Alguna vez te has preguntado algo más que tenga que ver con la nutrición, como, de donde proviene la idea del metabolismo, las primeras teorías o quien fue el primero que se interesó en el bienestar de su cuerpo, en tener una buena alimentación o incluso que pasaba después de ingerir alimentos? En este argumento tenemos como objetivo el dar a conocer los antecedentes de la nutrición, los personajes que le dieron vida a esta ciencia, como se interesaron en esta, desde que época se obtuvieron los primeros datos y como parte fundamental, como fue que esta ciencia fue reconocida en nuestro país, quien fue el gran aportador.

También, por otra parte buscamos enriquecer los conocimientos sobre las definiciones de cada una de las partes importantes y fundamentales de esta ciencia, como se conforman e incluso hablar sobre el campo laboral y las oportunidades que ofrece la Nutrición como una carrera, esperamos que sea de su agrado, que el tema se le facilite entender y que disfrute en proceso de este proyecto.

## ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA NUTRICIÓN

Cada una de las ciencias pasado por muchas investigaciones experimentales, la nutrición no ha sido la excepción, gracias a estas investigaciones y teorías tenemos un gran conocimiento sobre que es la Nutrición, su existencia se debe a algunos de los investigadores que se preocupaban por su salud, ellos fueron la vida de muchas de las ciencias conocidas actualmente como lo es la medicina, gracias a las investigaciones en orden cronológico tenemos como resultado investigaciones más detalladas y con mayor entendimiento, el estudio de los alimentos y nutrientes han sido investigados desde hace más de 200 años, gracias a la alimentación también se han tenido avances en la elaboración de alimentos con mayor nutrimento.

Las civilizaciones antiguas dependían mucho de la caza para alimentarse eso obtuvo como resultado que las civilizaciones alimentaran los animales y cultivaran sus propios alimentos para su propio consumo, esas fueron una de las primeras civilizaciones sociales, la valoración de los nutrimentos empezó desde antes de las civilizaciones, pero no es hasta el siglo xx que la nutrición como ciencia se empezó a desarrollar.

Una de las primeras civilizaciones interesadas fue en babilonia, pues ahí se dio una historia de Daniel, él obtuvo una duda al ver que las demás personas (clase baja) consumían otros alimentos, él decidió comer solamente leguminosas que eran las judías, chicharos y lentejas dejando de comer la carne y en lugar del vino él decidió tomar solamente agua, este proceso lo realizó por diez días, ya que se preguntaba que le pasaría a su organismo al dejar la carne y el vino, después de los diez días se hizo una evaluación junto con sus compañeros, y ahí se dio cuenta que realmente habían cambios tanto en su salud y físicamente, él se sentía más ligero y con más energía, ese fue el primer descubrimiento al cambio de hábitos, él decide seguir con esa dieta, en cambio, en Grecia le daban mucha más importancia a su apariencia física, gracias a eso, ellos aprenden a asociar la salud con la dieta, ahí se da la aparición de un personaje muy importante en la

medicina, el fue Hipócrates, el padre de la medicina quien vivió y ejerció 460 años a.c, el relaciono la medicina con la nutrición y reconoció que no todas las personas podían aprovechar los alimentos de igual manera ,se debía a muchos factores como lo son las clases sociales. En Roma fue diferente, gracias a uno de los acontecimientos que fue la caída del imperio romano (476 a.c) le dieron más importancia a la guerra y dejaron de interesarse un poco en la nutrición y a la medicina, gracias a ello no se obtuvieron avances, en el renacimiento italiano fue algo distinto, se preocuparon por la ingesta y la excreción de los alimentos, se preguntaban qué pasaba con los alimentos después de haberlos ingerido, si tenían un proceso o no y como actuaban los alimentos en el organismo, esta duda fue indagada gracias a Leonardo da vinci y a santorius.

Esas fueron una de las civilizaciones en la época antigua que aportaron a esta ciencia, pero eso no eran todos los datos obtenidos pues gracias a la biblia, hablaba sobre la elaboración del pan y otros alimentos que se consideraban dietéticos.

La nutrición fue estudiada mucho tiempo, pero fue hasta 2500 – 1500 años a.c que se da el origen en la nutrición en nuestro país se dio en la época prehispánica, en Mesoamérica, en esta época se tenía muy remarcadas la clases sociales, dándole lugar a que las personas de clase más alta comían mejor y por ende tenían mejores alimentos y mejor nutrición, fue hasta 1889 que se dieron los primeros escritos sobre esta ciencia gracias al doctor Álvaro Domínguez y su trabajo sobre la pelagra (la deficiencia de la vitamina b3, conocida como Niacina), otro de los doctores también interesados fue el doctor José Patrón Correa en 1908, él publicó un artículo llamado “la culebrilla” que trataba sobre el estado de desnutrición aplicada en el sureste del país descubrió la relación con la dieta inadecuada. El auge en la nutrición de México se dio en 1910 la evolución de salud pública y la medicina preventiva en la nación una de las fechas importantes también fue en 1940 donde se intentó organizar información existente sobre la alimentación.

La primera institución nacional de ciencias médicas y nutrición se da en 1943 pero en 1970 se crea la primera escuela de nutrición en el país.

Después de todos estos acontecimientos importantes surgen las dudas sobre las definiciones importantes en esta ciencia, pero ya son definiciones más concretas y más entendibles para el investigador, la alimentación es una actividad fundamental para la vida es el papel más importante para el desarrollo del ser humano y es el medio en el que obtenemos los nutrientes, esto se obtiene con el alimento que es toda sustancia líquida o sólida que aporta nutrientes al organismo que se ingiere, digiere y excreta, gracias a este alimento obtenemos el nutriente que es toda sustancia de origen orgánico (que son lípidos, proteínas , carbohidratos y las vitaminas) y también de origen inorgánico como lo son los minerales, estos nos aportan energía algo importante para su existir, todo este proceso tiene un nombre que es la nutrición, la nutrición es la ingesta de materia (los alimentos) para la transformación de energía para procesos fundamentales para el mantenimiento de nuestro organismo como el desarrollo y movimiento, para la estabilidad homeostática de nuestro cuerpo, por ejemplo, una molécula de proteína se

absorbe en algún musculo que la necesita para mantenerlo estable, entonces la nutrición aprovecha los alimentos ingeridos, es una acción involuntaria, también se divide en autótrofa que este tipo de nutrición se da en plantas ya que ellas se alimentan por sí mismas, con ayuda de un proceso natural, y la heterótrofa que son todos los otros seres vivos, que necesitan de otro ser vivo para alimentarse. Por otro lado la nutrición como una ciencia es algo diferente ya que es el estudio del proceso de nutrición, algunas de las ciencias dedicadas a los alimentos pero de diferente manera son, la nutrición, la bromatología, la dietética, nutrición clínica y la tecnología en alimentos, estas ciencias, quienes se emplean en ellas tienen un papel específico en hacer, un licenciado en nutrición se preocupa por el bienestar de los pacientes en mejorar la calidad de alimentación esta ciencia estudia diferentes campos, ya que es necesaria y extensa, los campos pueden ser la nutrición clínica, poblacional, servicio de alimentación y la tecnología alimentaria, también se dividen en investigar a diferentes grupos de personas para darles la mejor calidad a cada uno, ya que no somos iguales y hay personas que se emplean a diferentes oficios y necesitan de una alimentación diferente y más estable.

Si bien se explica en este ensayo los acontecimientos históricos para la nutrición fueron importantes para que esta ciencia sea reconocida y valorada, se reconoció las primeras teorías y personajes que fueron importantes para la salud nutricional, comprendimos términos que son clave para entenderla y cómo funcionan cada uno de ellos, mencionamos campos laborales que no son solamente uno, si no la gran oportunidad que se tiene estudiando esta carrera.

La recopilación de datos fue esencial para darle mayor entendimiento al tema, como bien hablamos sobre lo que conlleva esta gran ciencia esperamos que la información haya sido interesante para el lector, que las ideas principales hayan sido específicas y entendible.

#### Bibliografías:

Universidad del sureste (UDS), 2023, Antología de introducción a la Nutrición, unidad I