

LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

BASES DE ADMINISTRACIÓN

ENSAYO

**“LA IMPORTANCIA Y APLICACIÓN DE LA ADMINISTRACIÓN EN LA
ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN”.**

DOCENTE: PATRICIA DEL ROSARIO LUNA GUTIÉRREZ

ALUMNA: JOSSELINE SARAHI CERDIO ZEPEDA

SEXTO CUATRIMESTRE

MAYO, 2024

“LA IMPORTANCIA Y APLICACIÓN DE LA ADMINISTRACIÓN EN LA ALIMENTACIÓN Y NUTRICIÓN”.

La administración es una materia que pareciera ajena a nuestro rubro, sin embargo está más involucrada de lo que creemos y gracias a ella podemos obtener una buena coordinación entre nuestro labor como futuros nutriólogos.

Pero, ¿Qué es la administración? De acuerdo a Henri Fayol, “Administrar es prever, organizar, dirigir, coordinar y controlar a través de la gerencia”. Y como también lo menciona José Antonio Fernández Arena es una ciencia social que persigue la satisfacción de objetivos institucionales por medio de una estructura y a través del esfuerzo humano coordinado. Es la forma en que organizamos, planeamos y gestionamos todo lo relacionado con los alimentos. Esto incluye desde la producción de los alimentos, su transporte, hasta cómo los preparamos y consumimos en casa. Sin darnos cuenta estamos empleando la administración en la nutrición todo el tiempo, es muy habitual administrar la despensa de la semana, prever, organizar, planificar el menú que se consumirá ya sea dentro de una familia o individualmente, los insumos que se emplearán así como la cantidad de dinero que se ocupará para los alimentos, pero no sólo eso también el transporte empleado, el gasto de gasolina, energía y tiempo empleado en comprar, preparar los alimentos; planificar bien para comer saludable, tener una nutrición completa conlleva una buena administración.

Esta administración nos ayuda a asegurarnos de que estamos comiendo una dieta equilibrada. Esto significa obtener la cantidad correcta de nutrientes como vitaminas, minerales, proteínas y carbohidratos. Cuando gestionamos bien nuestra alimentación, podemos evitar problemas de salud como la obesidad, la diabetes y las deficiencias nutricionales.

Otro factor de gran importancia es el ahorro económico y la gestión del tiempo. Comprar solo lo que se necesita y cocinar en casa puede ser mucho más económico que comer fuera o comprar fast food. También al consumir alimentos preparados en casa contribuimos al cuidado del medio ambiente y buen manejo de residuos, evitando el uso de empaques desechables de la comida rápida y el gasto de las emisiones de carbono.

Ahora bien, podemos aplicar y enseñar la administración de la nutrición, con la planificación de menús con recetas saludables, empleando porciones de alimentos que pueden utilizarse en varias comidas y ser equivalentes para diferentes platillos. La Administración del tiempo al preparar las comidas cierto día y contar con tupperes para poder almacenarlas, llevar un calendario de limpieza del refrigerador y alacena de la despensa. La administración como podemos ver está implícita en muchas de nuestras actividades cotidianas al momento de preparar alimentos, también en el rubro profesional en el área de servicio de alimentos se lleva un control exhaustivo y riguroso de esta administración guiados por normas oficiales mexicanas como la NOM-251 y la NOM-043.

La Administración entonces verá desde el: costo de los alimentos, presupuesto con que se cuenta, consulta del calendario de frutas y verduras, consulta de carnes y productos del mar, consulta del calendario de festividades, temática del servicio de alimentación (cafetería, comidas rápidas, antojitos, restaurantes con menús a la carta y menús fijos).

La planeación es crucial en los servicios de alimentación y la nutrición en concreto ya que en ella se plasma todo un plan y puntos a seguir para el logro de los objetivos. La organización, dirección y control son vitales, así como la detección de áreas de oportunidad a mejorar y lograr dar una atención de calidad a los usuarios de los servicios de alimentación, pacientes en consulta y nosotros mismos como individuos.

BIBLIOGRAFÍA

Universidad Abierta y a Distancia de México. Proceso Administrativo en los servicios de Alimentación. 20 de mayo, 2024. Recuperado de:

https://dmd.unadmexico.mx/contenidos/DCSBA/BLOQUE2/NA/03/NSAL/unidad_02/descargables/NSAL_U2_Contentido.pdf