



Mi Universidad

ENSAYO

Nombre del Alumno: Fátima Guadalupe Aguilar Vázquez

Nombre del tema: Los Hábitos Alimentario Y Los Factores Socioculturales Que Se Involucran

Parcial: Primer

Nombre de la Materia: Trastornos De La Cultura Alimentaria

Nombre del profesor: Patricia Del Rosario Luna Gutiérrez

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: Noveno

Introducción

Los hábitos alimentarios son definidos como los comportamientos individuales y colectivos relativos al consumo de alimentos, que se adoptan de manera directa o indirecta, como parte de prácticas socioculturales y determinados, también, por factores socioeconómicos. Estudios realizados en Latinoamérica han puesto de manifiesto que los hábitos alimentarios de los niños están determinados, fundamentalmente, por el nivel económico, educativo y la situación laboral de los padres. Esta última incide especialmente en la menor dedicación en la preparación de las comidas y la falta de tiempo para cocinar. En este artículo se exploran los factores socioculturales que influyen en los hábitos alimentarios de un grupo de niños de una escuela inicial de Chachapoyas. La transmisión de prácticas socioculturales se realiza a través de la familia, que adquiere un papel de gran relevancia en la adquisición de hábitos alimentarios en los primeros años de vida. La familia ejerce una fuerte influencia sobre sus miembros y sus conductas relacionadas con la alimentación, de manera que los hábitos alimentarios aprendidos en su seno familiar llegan a convertirse en patrones de comportamiento alimentarios. Dichos patrones se encuentran influenciados por la construcción social y cultural que se hace de este proceso en la familia. Por otra parte, hay que tener en cuenta el papel que tienen los padres como modelos de conductas a seguir, también en la alimentación. Por ello, la madre constituye un pilar fundamental en esta etapa, ya que suele ser ella la responsable de la alimentación de sus hijos.

Desarrollo

El comportamiento alimentario se establece desde los primeros días de vida y se puede definir como el modo en que una persona se alimenta. Este se ve influenciado por factores biológicos, ambientales y sociales. A su vez, el comportamiento alimentario condiciona la ingesta de alimentos, pudiendo contribuir al desarrollo de enfermedades a lo largo de la vida, tales como la obesidad. Esta revisión tiene como objetivo identificar los hallazgos relativos al efecto del comportamiento alimentario y sus factores determinantes sobre el consumo de alimentos y la aparición de la obesidad en niños. Los diferentes factores que influyen en el comportamiento alimentario y se han incluido en la presente revisión son: genética, sexo, nivel socioeconómico familiar, primeros años (lactancia y alimentación complementaria), estilos parentales y ambiente y acceso a alimentos. Aunque la mayoría de estudios realizados en torno a la obesidad infantil todavía se enfocan principalmente en los factores biológicos y del estilo de vida, también es importante considerar los aspectos relacionados con la conducta alimentaria en la etiología y desarrollo de esta enfermedad. En efecto, los estudios apuntan hacia la necesidad de prestar una atención especial al comportamiento y los estilos parentales, así como a la organización del ambiente alimentario familiar, con el fin de promover un comportamiento alimentario saludable en los niños. En definitiva, nuevas evidencias sobre el comportamiento alimentario, sus factores determinantes y sus consecuencias pueden aclarar su influencia en la obesidad en edad escolar y contribuir a direccionar adecuadamente las recomendaciones a la población para mejorar sus hábitos de vida.

Conclusión

Conseguir cambios en la alimentación es un reto complicado tanto para los profesionales de la salud como para la población. Se necesita de diversas estrategias que logren desencadenar un cambio de conducta en grupos que tienen diferentes prioridades. Es probable que las campañas en las que se incluyan asesoramientos personalizados, soluciones prácticas y cambios en los entornos resulten eficaces para allanar el camino a los cambios en materia de alimentación.

