



Universidad del Sureste

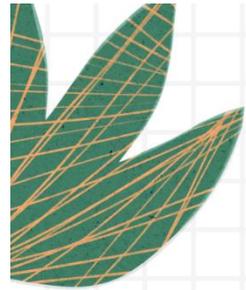
Introducción a la nutrición

1er. Cuatrimestre

Melannie Valeria Argueta Cruz

Patricia del Rosario Luna Gutiérrez

Tapachula, Chiapas a 21 de septiembre del 2024



# INTRODUCCIÓN A LA NUTRICIÓN



## Antecedentes historicos de la nutrición

En 1770, Antonie Lavoissier descubre los detalles del metabolismo, demostrando que la oxidación de los alimentos es la fuente del calor corporal. Debido a esto es considerado el "Padre de la nutrición".  
En 1959, Sterne confirma que la metformina disminuye la glucemia.

## Concepto nutrición

La nutrición es la ciencia que estudia como los organismos vivos consumen y utilizan los alimentos para mantenerse vivos, crecer y reproducirse y producir energía.

## Importancia de nutrición

La nutrición es fundamental para la supervivencia de los seres humanos, ya que permite que el cuerpo obtenga los nutrientes y la energía necesarios para llevar a cabo de sus funciones vitales.

## Evolución de la nutrición

- Descubrimiento de nutrientes esenciales: A lo largo del siglo xix y xx los científicos identificaron y clasificaron los nutrientes esenciales para una buena salud, como vitaminas, minerales y los aminoácidos esenciales.
- Desarrollo de las guías dietéticas: A partir del siglo x los expertos en nutrición comenzaron a desarrollar guías balanceadas para dietas equilibradas.

## Alimento y alimentación

- Alimento: Es cualquier sustancia consumida para proporcionar apoyo nutricional a un ser vivo.
- Alimentación: Es el conjunto de acciones que se realizan para obtener y consumir alimentos, con el objetivo de nutrirse y obtener energía.

## Nutrición como ciencia

Estudia la relación entre los alimentos y la salud, y los procesos que ocurren en el cuerpo para incorporar, transformar y utilizar los nutrientes de los alimentos.

## Origen de la nutrición en México

La historia de la nutrición se puede dividir en dos partes:

- 1910-1929: Se da la evolución de la medicina preventiva y la salud pública, con el Dr. Eduardo Liceaga como Pionero.
- 1934: El Dr. José Quintín Olascoaga Moncada da importancia a la nutrición de México.

## Nutrientes y Nutrición

- Nutriente: Es un producto químico procedente de la célula y que esta necesita para realizar sus funciones vitales.
- Nutrición: Es el proceso por el cual el cuerpo obtiene, asimila y digiere los nutrientes que se encuentran en los alimentos y como los utiliza para crecer, desarrollarse y regenerarse.

## Papel del nutriólogo

Los profesionales de la nutrición tienen un papel fundamental en la salud de la población, ya que ayudan a las personas adquieran hábitos alimenticios saludables.

