



MAPA CONCEPTUAL UNIDAD 2

Mendoza Chilel Angel Joel

Universidad del Sureste

Lic. en Nutricion

1er. Cuatrimestre

L.N. Luna Gutiérrez Patricia del Rosario

La alimentación como fenómeno cultural

CULTURA

Papel fundamental en la nutrición, ya que influye en las creencias, actitudes y comportamientos relacionados con la alimentación

Influencia

1. Tradiciones culinarias: Cada cultura tiene sus propias recetas y técnicas de cocina.
2. Preferencias alimentarias: Los gustos y disgustos alimentarios varían según la cultura.
3. Significado simbólico: Alimentos pueden tener significados culturales y religiosos.
4. Ritos y ceremonias: La comida se utiliza en rituales y celebraciones culturales.

COMPONENTES

- 1- Componentes sociales
- 2- Componentes simbólicos
- 3- Componentes económicos
- 4- Componentes ambientales
- 5- Componentes psicológicos
- 6- Componentes biológicos

SOCIALIZACION

La socialización en la nutrición se refiere a cómo las interacciones sociales y culturales influyen en nuestros hábitos y creencias alimentarios.

Influencias sociales

1. Familia: Tradiciones y costumbres alimentarias familiares.
2. Amigos: Compartir comida y experiencias gastronómicas.
3. Comunidad: Eventos y celebraciones culinarias comunitarias.
4. Medios de comunicación: Publicidad, programas de televisión y redes sociales.
5. Educación: Clases de nutrición y educación en salud.

GRUPOS DE EDADES

1. Infancia (0-12 años)
 - Necesidades nutricionales: crecimiento y desarrollo
2. Adolescencia (13-18 años)
 - Necesidades nutricionales: crecimiento y desarrollo, energía para actividades físicas
3. Adulthood joven (19-30 años)
 - Necesidades nutricionales: mantenimiento del peso, energía para actividades físicas
4. Adulthood media (31-50 años)
 - Necesidades nutricionales: mantenimiento del peso, prevención de enfermedades crónicas
5. Adulthood mayor (51-64 años)
 - Necesidades nutricionales: mantenimiento del peso, prevención de enfermedades crónicas
6. Ancianos (65 años o más)
 - Necesidades nutricionales: mantenimiento del peso, prevención de enfermedades crónicas

LA ESCUELA Y EMPRESA

Escuela

1. Educación nutricional: Incorporar la educación nutricional en el currículum escolar.
2. Comedores escolares saludables: Ofrecer opciones saludables en los comedores escolares.
3. Programas de promoción de la salud: Implementar programas que fomenten la actividad física y la alimentación saludable.

Empresas

1. Políticas de salud en el trabajo: Implementar políticas que fomenten la salud y la nutrición en el lugar de trabajo.
2. Programas de bienestar: Ofrecer programas de bienestar que incluyan educación nutricional y actividad física.
3. Opciones saludables en la cafetería: Ofrecer opciones saludables en la cafetería o comedor de la empresa.

LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

influencia en la nutrición

1. Información nutricional: Los medios de comunicación pueden proporcionar información precisa y actualizada sobre nutrición y salud.
2. Promoción de hábitos saludables: Los medios de comunicación pueden fomentar hábitos saludables, como una alimentación equilibrada y la actividad física.
3. Prevención de enfermedades: Los medios de comunicación pueden concienciar sobre la prevención de enfermedades relacionadas con la nutrición.