



Mi Universidad

Ensayo

Valdez Hernández Sayuri Suzette

ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA NUTRICIÓN

I Unidad

Introducción a la nutrición

Daniela Monserrat Méndez Guillén

Licenciatura en nutrición

Ier. Cuatrimestre

ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA NUTRICIÓN

Este ensayo propone destacar y ver a fondo los antecedentes históricos de la nutrición; la evolución histórica de la nutrición, el origen de la nutrición en México, así como también es relevante mencionar la definición de alimento y alimentación, definición de nutriente y nutrición y cómo la nutrición es denominada como una ciencia y el papel del profesional en la nutrición.

Antecedentes históricos de la nutrición. Es de gran importancia conocer la historia de la nutrición ya que la información del pasado nos sirve para comprender que para llegar a los conocimientos que hay actualmente fue necesario el progreso de los esfuerzos y trabajos del hombre, sus ideas y logros a lo largo del tiempo. El surgimiento de esto es y fue gracias a la existencia de personas que en algún momento se interesaron demasiado en los problemas que afectan la vida y la salud de todo el mundo y empezaron a cuestionarse el ¿por qué? ¿cómo? ¿de dónde? - ¿origen? Entre otras preguntas llenas de curiosidad y entusiasmo por saber. Existieron y existen hombres de casi todas las nacionalidades que han contribuido a esta información y conocimiento, como dijo Pasteur “la ciencia no conoce fronteras nacionales”. Es importante mencionar que las referencias en el tiempo han sido una guía importante para comprender mejor los progresos que el ser humano ha logrado para adquirir conocimientos sobre los alimentos, la nutrición de estos y cómo va en relación con la salud de los seres vivos. Se ha ido incorporando nueva información y conocimientos en este campo, algunas otras ciencias han ayudado a descubrir información tales como la Química, Biología, Fisiología, Microbiología, Análisis Químicos, entre otras. La nutrición es denominada como un componente básico para los seres vivos, por lo tanto, la nutrición se denomina una necesidad, tanto a nivel de nutrición clínica como en el de salud pública. La alimentación ha sido importante desde tiempos antiguos, ya que nuestros antepasados fueron descubriendo aquellos alimentos que podían ser comestibles basados en la prueba y el error, fueron mejorando y adquiriendo conocimientos hasta llegar a los cultivos, después la ganadería, hasta lograr cantidades masivas, que actualmente necesitamos para 7 billones de seres humanos en el mundo.

Evolución histórica de la nutrición. Como sabemos la alimentación ha sido y es una de las necesidades y preocupaciones fundamentales del ser humano. Se sabe que los hombres primitivos vivían de forma nómada (desplazándose de un sitio a otro) organizados en pequeños grupos. Los pequeños grupos pasaron a ser organizaciones sociales cuando éstas comenzaron a ser sedentarias, gracias a que aprendieron a domesticar animales (casería) y a cultivar plantas para obtener alimentos, así se han logrado hasta la constitución de grandes ciudades y naciones de MILLONEES de habitantes, pero esto no ha sido posible sin la ayuda de los sistemas de producción, conservación y distribución de alimentos. Cuando el hombre comenzó a seleccionar alimentos lo hizo con el objetivo de satisfacer el hambre y nada más. Lo que es “nuevo” es la ciencia de la nutrición. Para que el hombre llegara al punto de saber que podemos nutrir al organismo a base de alimentación, dietas especiales, tuvieron que pasar muchos años, experimentos, y también surgir dudas. Aunque ésta ciencia tiene algunos

años cabe recalcar que hay personas que viven con mucha falta de información sobre la alimentación y la nutrición. A medida que se llevaron a cabo revisiones bibliográficas de la historia de las ciencias, se evidencio que el interés del hombre por la nutrición surgió antes del inicio de las civilizaciones. Es necesario e importante mencionar que *la ciencia especializada de nutriología se desarrolló hasta el siglo XX*. Se documenta e informa que la primera persona con interés en los alimentos surgió en Babilonia, esto se encuentra en la historia bíblica de Daniel y sus tres compañeros, probablemente Daniel hizo el primer experimento dietético al alimentarse por diez días con una dieta de leguminosas y agua. A los diez días su aspecto fue tan satisfactorio que se les permitió continuar con su propia dieta (600 a. C). En Grecia, el hombre aprendió a asociar sus enfermedades con la dieta. Pero ninguna persona había combatido esas supersticiones hasta Hipócrates, relaciono el desarrollo de la medicina con la nutrición y menciona algo importante: que “no todas las personas pueden aprovechar los alimentos de la misma manera”. En el siglo II d. C. Galeno, practico disecciones en animales y escribió sobre la anatomía del hombre.

En Roma. (Año 476 a. C. no se prestó mucha atención a la medicina ni a la ciencia porque fue parte de la caída del imperio romano). En el siglo XVI Leonardo da Vinci contribuyó con sus notables dibujos anatómicos. Según la biblia, Las primeras referencias se encuentran ahí y en las obras del historiador Heródoto (VI a. C). Para obtener esta información también contribuyo Galeno haciendo experimentos, éstos fueron, disecando cuerpos de criminales ejecutados, más tarde lo hizo con cerdos y de estos experimentos dedujo que los alimentos iban al estómago y que estos se fragmentaban en moléculas suficientemente pequeñas para poder absorberse. Tiempo después formaban sociedades científicas, que publicaban revistas informando sobre los resultados de sus experiencias, La Escuela Superior de Harvard se fundó en 1636. Se dice que probablemente el primero que emprendió el estudio de la nutrición en seres humanos fue Sanctorius, durante varias semanas estuvo registrando su propio peso, de sus alimentos y de lo que excretaba. Se dice que su libro “Leipzig” en 1614 probablemente fue el primero que hablo acerca del metabolismo basal. William Harvey demostró la circulación de la sangre, gracias a esto se entendió tiempo después como el material alimenticio es llevado a todas las células del cuerpo. René Réamur (1683- 1757) experimentó con un pájaro liano y gracias a esto pudo desmentir la creencia que se tenía de que la digestión era como una trituración o putrefacción. Comprobó que en el estómago los alimentos eran disueltos y también evidencio la existencia de jugo gástrico. Lázaro Spallanzani (1729- 1799) confirmó lo que dijo Reámur y explico que la digestión es un proceso químico y no una fermentación, publico un libro explicándolo. William Beamunt (1785- 1853) realizo diversos experimentos con un canadiense y gracias a eso estableció la existencia de un jugo disolvente en el estómago. Pedro Iván Pavlow (1849- 1936) publico un artículo “Lecturas sobre el trabajo de las glándulas digestivas”. La química comenzó a evolucionar durante el siglo XIX, identificaron el jugo gástrico como ácido clorhídrico, también descubrieron una enzima a la que se dio el nombre de pepsina (1835). En el siglo XVIII Antoine Lavoisier se interesó en el proceso del metabolismo, (aproximadamente al mismo tiempo que Spallanzani hacia sus experimentos) gracias a sus dudas fue el primero en medir el metabolismo en el ser humano. En los albores (siglo XIX) se sabía que había

tres clases de materias alimenticias: Sacáridos, oleaginosos y albuminos, los que ahora se les conoce como hidrocarburos, grasas y proteína. En el siglo XIX científicos comenzaron a estudiar con sentido más analítico las proteínas, grasas e hidrocarburos y preguntarse cómo es que estos se formaban en el cuerpo. En 1816 François Magendie insinuó que probablemente el nitrógeno de los alimentos provenía de los mismos y los llamó “albuminoso”. En 1838 Mulder llamó proteína a la materia nitrogenada de los alimentos albuminoso.

Se ha denominado la ciencia de la nutrición como una disciplina del siglo XX, las bases necesarias se desarrollaron con la aparición del método científico, como en la época experimental. En los últimos dos siglos las personas han experimentado cambios significativos en sus modelos dietéticos, por la propagación MUNDIAL de plantas y también de animales domesticados, el crecimiento de las industrias procesadoras de alimentos.

En México las apariciones de escritos sobre la nutrición fueron por Álvaro Domínguez Peón en 1889 y en 1908 el Dr. José Patrón Correa publicó un artículo sobre la desnutrición que era conocida como “la culebrilla” relacionó a la desnutrición con una dieta inadecuada. Afortunadamente comenzó a evolucionarse la Salud Pública en México lo que dio como resultado importantes avances científicos y técnicos para erradicar padecimientos endémicos o brotes de enfermedades transmisibles, gracias a las investigaciones del Dr. Liceaga y Dr. José María Rodríguez. El Dr. José Quintín Olascoagua Moncada contribuyó a la historia de la nutrición clínica. En 1936 Salubridad comenzó la enseñanza de la nutriología para formar personal que aplicara la encuesta de alimentación y nutrición. En 1970 inició en el ISSSTE la escuela de dietética y de nutrición y la primera universidad en albergar la licenciatura en nutrición fue la Universidad Iberoamericana.

La alimentación es parte esencial en la vida del ser humano y sacia el hambre, por otra parte, es el proceso por el cual obtenemos los nutrientes necesarios, conseguimos energía y desarrollo. La alimentación tiene tres funciones; Nutricionales, Sociales y Psicológicas.

El alimento es un producto natural o transformado, con la capacidad de proveer energía, y estructuras químicas necesarias para poder desarrollar los procesos biológicos, este puede ser líquido, sólido o semisólido. La alimentación puede ser consumida con el fin de nutrición normal humana o como productos dietéticos, en casos especiales de alimentación humana. La alimentación y nutrición son conceptos individuales y no sinónimos. Los nutrientes son sustancias químicas contenidas en los alimentos que el cuerpo, descompone y utiliza para obtener energía y materia para que las células lleven a cabo sus funciones correctamente, participa en reacciones químicas específicas. Existen tipos de nutrientes; macronutrientes que necesitamos en mayor cantidad, son las proteínas, carbohidratos y las grasas y los micronutrientes que los necesitamos en menor cantidad, pero son indispensables como las vitaminas y minerales, también existen otros como el agua requeridas en cantidades adecuadas. La nutrición es el proceso en el que el cuerpo aprovecha los alimentos, llevando a cabo la digestión, absorción, asimilación y excreción. La digestión es el proceso de transformación por hidrólisis de los alimentos en moléculas suficientemente pequeñas atravesando la membrana plasmática por vía mecánica o química. La absorción es el proceso en el que los nutrientes se incorporan desde el aparato digestivo hacia la sangre para que

pueda usarlos el cuerpo. La asimilación alimenticia consiste en la transformación de proteínas, carbohidratos y otros componentes que pueden ser absorbidas por el organismo. La excreción es un proceso por el cual el organismo expulsa sustancias que no le sirven, ni serán usadas y pueden llegar a ser tóxicas para el cuerpo humano. La nutrición se clasifica en autótrofa y heterótrofa. Existen diferentes ciencias dedicadas al estudio de los alimentos como la Nutrición, la Bromatología, la Dietética, la Nutrición Clínica y la Tecnología de los alimentos. La Nutrición (del latín *nutrire*) se preocupa principalmente al estudio de los procesos de ingestión, transformación y utilización de los alimentos por el organismo para llevar a cabo la homeostasis, crecimiento y reproducción. Como ciencia estudia los procesos bioquímicos y fisiológicos que suceden en el organismo, lo que también implica el estudio sobre el efecto de los nutrientes sobre la salud y enfermedades.

El licenciado en Nutrición es un profesional capaz de brindar atención nutricional a personas sanas, en riesgo o enfermas, administra servicios o programas de alimentación y nutrición; propone, innova y mejora la calidad nutricional y sanitaria de los alimentos. Tiene la habilidad de integrar, generar y aplicar conocimientos y habilidades que permiten su desempeño en nutrición clínica, poblacional, servicios de alimentos, tecnología alimentaria, entre demás campos transversales. Fundamenta su ejercicio profesional en un marco ético y multidisciplinario para responder con calidad a las necesidades sociales de alimentación y nutrición presentes o futuras. Realizan diversos tipos de estudios, análisis y ensayos clínicos generando evidencia científica que sustente la mejor decisión en salud nutricional. En administración de comedores industriales; diseñan menús, recomendaciones alimentarias y ejercicio para trabajadores de una empresa con el fin de mejorar la salud de los empleados. En alimentación comunitaria; estudia la nutrición de comunidades y sus grupos vulnerables. En la nutrición clínica; diseña planes de alimentación para aplicarse a pacientes dentro de instituciones de salud, en los distintos niveles de atención. En la nutrición deportiva; elabora guías de alimentación según los requerimientos de los atletas. En diseño de políticas públicas; desarrollan políticas alimentarias basadas en evidencia científica para beneficio de la población. En los planes de alimentación; para los distintos momentos de la vida, pueden tener propósitos específicos como para nutrirse adecuadamente, bajar de peso, el control de enfermedades crónicas, entre otros. Existen organizaciones que ayudan a los países con el fin de asegurar una buena nutrición para todos, a modernizar y mejorar sus actividades agrícolas, forestales y pesqueras. Tales como la OMS (Organización Mundial de la Salud), en inglés WHO (World Health Organization), FAO (organizaciones de las naciones unidas para la alimentación y agricultura), ONU (Organismo especializado de las Naciones Unidas), UNICEF, entre otras. Como hemos visto a lo largo de este ensayo, podemos concluir que la ciencia como nutrición y sus diferentes ramas en diferentes ámbitos son muy importantes ya que ayuda al ser humano y es parte fundamental de la vida pues ha estado presente desde siglos pasados y a pesar de que esta aún no termina de conocerse por completo ya que cada vez hay nuevos hallazgos, ha ayudado a muchas personas sanas, en riesgo, enfermas y en diferentes ámbitos.