



Nombre del Alumno: Yamileth Natividad Zúñiga Arguello

Nombre del tema: Ensayo

Parcial: I°

Nombre de la Materia: Introducción a la nutrición

Nombre del profesor: Daniela Monserrat Méndez Guillen

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: I cuatrimestre

ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA NUTRICIÓN

la nutrición ha sido y continua siendo una de las preocupaciones más fundamentales del ser humano, desempeñando un papel crucial en el desarrollo de sociedades a lo largo de la historia, desde tiempos prehistóricos los humanos han buscado fuentes de alimento inicialmente a través de la caza, la pesca y la recolección de plantas silvestres, por lo cual llevó a la formación de grupos nómadas que se organizaban para maximizar la eficiencia en estas actividades, la transición hacia la vida sedentaria se produjo con el descubrimiento de la agricultura y la domesticación de animales, lo cual permitió el establecimiento de civilizaciones complejas y el crecimiento de grandes ciudades, en sus inicios la lección de los alimentos se centraba en satisfacer la necesidad inmediata de hambre. La nutrición es tan antigua como la búsqueda de alimento por el hombre, pero también la ciencia de la nutrición es más nueva, en la época antigua civilizaciones como la babilonia mostraron interés notable como los aspectos dietéticos, un ejemplo significativo se encuentra en la historia bíblica de Daniel, quien junto a sus tres compañeros escogidos para comparecer ante el rey Nabucodonosor de babilonia, daniel hizo el primer experimento dietético al ser alimentado él y sus compañeros durante diez días, con la dieta de leguminosas (chícharos, judías y lentejas) a los 10 días su aspecto era tan satisfactorio que se les permitió continuar con su propia dieta y tres años después dijo que se encontraban diez veces mejor que todos los magos y encantadores de su reino, en este episodio no solo destaca la importancia de la alimentación en la cultura de la época, si no que también puede considerarse uno de los primeros experimentos dietéticos documentados, es fundamental que continuemos aplicando este conocimiento para promover estilos de vida saludables y sostenibles. Las primeras menciones de la alimentación se encuentran en la biblia, donde existen diversos comentarios sobre la elaboración de alimentos como el pan, hipócrates modificó los conceptos antiguos a los alimentos, sin embargo solo hasta el comienzo de la era cristiana se inició el método experimental, la nutrición en mexico tiene las raíces profundas que se remontan a la época prehispánica, particularmente en mesoamérica, donde la clase alta era privilegiada y tenía acceso a los mejores alimentos y por ende una buena nutrición entre 2500-1500 a.C. En 1889 Alvaro Domínguez Peón publicó uno de los primeros textos sobre la nutrición y su trabajo sobre la pelagra, en 1908 el Dr. José Patrón Correa publicó su artículo sobre “La culebrilla” descubrió el cuadro clínico y etapas, así como su relación con una dieta inadecuada. Desde tiempos remotos la ciencia ha sido parte importante de la alimentación como también la alimentación es una actividad esencial en nuestra vida, tiene un papel importante en la socialización del ser humano y su relación con el medio que lo rodea, la “alimentación” entonces se define como el proceso de ingestión de alimentos por parte del organismo, a menudo los términos “nutrición” y “alimentación” se utilizan como sinónimos, lo que es un error común, los nutrientes son sustancias químicas contenidas en los alimentos que el cuerpo descompone, transforma y utiliza para obtener energía y materia necesaria para que las células funcionen. La nutrición aún que a menudo se entiende como conjunto de procesos biológicos fundamentales para la vida, sin embargo, podemos definir a la

nutrición como una ciencia. Esta disciplina abarca un amplio espectro de estudios que incluyen la bromatología, la Dietética, la Nutrición Clínica y la Tecnología de Alimentos, cada una de estas ramas contribuye a una comprensión más profunda de cómo los alimentos afectan nuestro cuerpo y nuestra salud. Como ciencia, la nutrición investiga los procesos bioquímicos y fisiológicos que suceden en el organismo, implica el estudio sobre el efecto de los nutrientes sobre la salud y enfermedades. El licenciado en la nutrición es un profesional crucial en esta ciencia , es capaz de brindar atención nutriólogica que le permite ofrecer atención nutricional a individuos sanos, en riesgo o enfermos , así como diferentes sectores de la sociedad, definir la nutrición como una ciencia no solo subraya su importancia en la salud y el bienestar, si no que tambien resalta el papel vital que desempeñan los profesionales en este campo.