



Unidad 2

Primer cuatrimestre

Nombre del Alumno: Jennifer

Valentina Pérez García

Nombre del profesor:

Martínez Guillén Julibeth

Licenciatura: Nutrición

Materia: Alimentación y  
cultura

Bibliografía: Antología

**MAPAS CONCEPTUALES**

## La cultura y la sociedad

La alimentación (el proveerse de alimentos y cocinarlos) es un proceso cultural que adopta formas muy variadas porque depende de los alimentos que hay disponibles en una sociedad, y de la elección que hacen de ellos, la cultura incluye la actividad cognitiva, la afectiva y el comportamiento de las personas. Estas tres actividades presentan cuatro características importantes.

### Característica 4, adquiridas o compartidas

Ningún elemento cultural se hereda genéticamente. La adquisición de la cultura es el resultado del proceso de socialización que realizan los agentes de socialización.

### Valoración

La valoración que puede hacerse ante una cultura genera dos actitudes distintas: el etnocentrismo, que consiste en considerar la cultura propia como la mejor, y el relativismo cultural, creer que no hay unas culturas mejores que otras.



## ALIMENTOS COMO FENONEMO NATURAL



Los alimentos que tiene a su disposición una sociedad es consecuencia de la cultura que comparten sus miembros. Es por esto, que los alimentos que se consumen son, a la vez, una parte y una expresión de la cultura de sus habitantes.

### Característica 1, normales o deseables

• Son consideradas como normales o deseables. Como la cultura es internalizada por cada persona, se convierte en parte de nuestra identidad personal (ayuda a responder a "quien soy"). Es por esto por lo que es difícil ser conscientes de nuestra propia cultura. Cuando vamos a un restaurante esperamos comer sentados y con cubiertos.

### Característica 2, se encuentran formalizados

• Estas maneras se encuentran formalizadas si están recogidas en leyes, en ritos, en ceremonias, etc. Se encuentran menos formalizadas si se transmiten con la comunicación no-verbal o el ejemplo personal.

### Característica 3, pluralidad

• Gracias a la cultura, un colectivo de personas puede comunicarse entre sí, reconocerse unos intereses comunes, y sentirse miembros de una sociedad, la cultura otorga identidad colectiva a quienes la comparten (nos dice "quienes somos"), y hace que sus miembros se sientan diferentes a los de otras culturas.

# COMPONENTES DE CULTURA

## CREENCIAS

Son ideas compartidas y aceptadas como verdaderas acerca de la forma y esencia última de la realidad y de la existencia humana. Las creencias pueden ser interpretaciones del pasado, explicaciones del presente o predicciones del futuro.

### CONSUMO

Ver el consumo como la forma de dar sentido a la vida. En este sentido, F. Bettó en su libro "Religión del consumo" señala que las creencias que tenemos sobre el consumo están sustituyendo a las religiones en su capacidad para explicar nuestras vidas.

### ECONOMÍA

Considerar la eficacia económica como principal finalidad de la actividad humana. Sobre este punto, G. Ritzer en su libro "La McDonalización de la sociedad", señala que cada vez se introducen más 'rutinas' en las actividades cotidianas con el fin de que todo sea previsible y se haga más rápido y, con ello, lograr una mayor eficacia económica.

## CIENCIA

Confiar en la ciencia para hacer frente a los problemas de la vida cotidiana. Como el conocimiento científico tiene capacidad para dar una explicación a muchas situaciones cotidianas, ya no hace falta recurrir a las explicaciones religiosas. Esto conduce a que algunas personas tengan fe en que los avances científicos harán frente a los problemas cotidianos.

## VALORES Y NORMAS

Los valores son convicciones profundas de los seres humanos que determinan nuestra manera de ser y orientan nuestra conducta a partir de evaluaciones y estimaciones que hacemos acerca de personas, objetos, situaciones, etc., y con ello definir si es bueno o malo.

### VALORES SOCIALES

Son la parte de las creencias que se refieren a la moral, a lo que debe considerarse como deseable. A partir de estos valores, las personas definimos nuestros fines, actuamos y nos juzgamos a nosotros mismos y a los demás.

### NORMAS ALIMENTARIAS

Las normas sociales hacen referencia al comportamiento, a lo que se debe hacer en una situación determinada. Las normas se establecen a partir de las creencias o de los valores existentes, y su cumplimiento hace que éstos se reproduzcan.

## NORMAS SOCIALES

Las normas proporcionan las guías de comportamiento para todas las actividades y, con ello, ayudan a que la conducta sea previsible y que se mantenga el orden social.

- Que puede comer y que no
- Como debe prepararse la comida
- Como debe consumirse la comida

## HÁBITOS

Los hábitos son conductas que repetimos muchas veces hasta que forman parte de nuestras actividades diarias.

### HABITOS ALIMENTICIOS

El cumplimiento de las normas genera hábitos que son formas de actuar que se adquieren por la repetición de los mismos actos y que realizamos sin ser conscientes de ellos.

### HÁBITOS APRENDIDOS

Los hábitos sobre la alimentación se adquieren en la infancia y son resistentes a los cambios. Es por tanto muy importante desarrollar hábitos adecuados para tener una alimentación adecuada en el futuro.

## CAMBIOS

Aunque los hábitos aprendidos tienden a mantenerse a lo largo de la vida, en ocasiones pueden verse modificados, cuando se producen cambios de tipo económico o social en el conjunto de la sociedad que facilitan la difusión masiva de nuevos alimentos o hábitos de consumo.

# ALIMENTACIÓN Y CONSUMO

## DISPONIBILIDAD DE ALIMENTOS

### PROCESO CULTURAL

Grado de desarrollo económico, entorno político y legislativo, características climáticas, tradiciones gastronómicas, personas de otras culturas.

## ELECCIÓN DE ALIMENTOS

### SOCIEDAD

Estado de salud estado de salud, ciclo de vida, entorno familiar, creencias, nivel de ingresos, conocimiento alimentario, ritmo laboral.

## PIRAMIDE DE MASLOW

### DATOS

- Autorrealización
- Estima/reconocimiento
- Sociales
- Seguridad
- Fisiológicas

## SIMBOLOS

### ORIGINAL SOLUTION

Como los valores tienen un componente ideal, necesitan manifestarse en expresiones observables. El símbolo es una representación concreta que sirve para designar o referirse a una realidad abstracta.