

Alumna:

Cesia Ovalle Méndez

Materia:

Preparación Y Conservación De Alimentos

Investigación:

"El Consumo De Alimentos En La Actualidad."

Cuatrimestre:

4^{to}

Carrera:

Licenciatura En Nutrición

ING:

Arreola Jimenez Eduardo Enrique

Índice

Introducción	1
Resumen	2
La vida moderna en la alimentación	3
Globalización y diversidad alimentaria	4
Factores sociales y económicos	5
Publicidad y redes sociales	6
Desigualdad alimentaria	7
Tecnología e innovación alimentaria	8
Tecnología en la distribución y el consumo	9
Conclusión	10
Links	11

Introducción

El Consumo de alimentos en la actualidad refleja una combinación Compleja de factores sociales, económicos, Culturales y tecnológicos que influyen en los hábitos alimenticios de la Población.

Hoy en día, las Personas tienen acceso a una gran variedad de Productos, desde alimentos ultraprocesados hasta opciones más naturales y saludables, lo que ha transformado la manera en que nos alimentamos.

Resumen

En la actualidad, el consumo de alimentos está influenciado por múltiples factores, las personas tienden a buscar alimento más rápidos de preparar debido al ritmo de vida acelerado, lo que ha incrementado el consumo de comida procesada y comida rápida.

Al mismo tiempo, existe una creciente preocupación por la salud y la nutrición, lo que ha llevado al aumento del interés por alimentos orgánicos, dietas equilibradas y alternativas vegetales.

1. Vida Moderna En La Alimentación:

El ritmo acelerado de la vida cotidiana ha modificado los hábitos de consumo. Muchas personas recurren a alimentos ultraprocesados, rápidos de preparar y fáciles de adquirir, aunque la mayoría de los casos son poco nutritivos. La comida rápida, los productos envasados y las bebidas azucaradas forman parte de la dieta diaria de millones de personas en las ciudades.

Esto responde a la falta de tiempo y a la comodidad y también a favorecido el aumento de problemas de salud como la obesidad, diabetes y las enfermedades cardiovasculares. Gracias al ritmo de vida que millones de personas llevan provoca que descuiden su alimentación, pues con el pretexto de falta de tiempo por el trabajo prefieren comer alimentos hipercalóricos.

2. Globalización Y Diversidad Alimentaria:

En el mundo globalizado, el acceso a alimentos de distintas culturas se ha expandido. Hoy es posible encontrar sushi Japonés, Comida china, Pizza Italiana o Curry hindú en cualquier ciudad. Este intercambio cultural ha enriquecido la dieta. Pero también ha generado un consumo masivo de productos importados que no siempre son sostenibles. La globalización ha diversificado la oferta alimenticia, dietas o comidas menos saludables. Se produce un cambio hacia dietas ricas en azúcares, grasas, carbohidratos refinados y productos animales, con un mayor consumo de alimentos procesados y fuera del hogar, lo que puede desencadenar enfermedades.

3. Factores Sociales y Económicos:

La familia y la cultura, que establecen patrones de alimentación, creencias y tradiciones; el entorno socioeconómico, que afecta el acceso a alimentos, y las redes de amistades y los medios de comunicación, que transmiten normas sociales y tendencias de consumo, afectando la disponibilidad, preparación y selección de alimentos.

- **Económicos**: El nivel de ingresos determina la calidad y cantidad de alimentos que una persona puede adquirir.

- **Nivel De Ingresos**: Las familias con mayor poder adquisitivo pueden comprar productos más variados, mientras que quienes tienen bajos ingresos optan por alimentos más baratos que suelen ser menos nutritivos.

4. Publicidad Y Redes Sociales:

La Publicidad y redes sociales tienen una gran influencia en el Consumo de alimentos.

Moldean gustos, generan tendencias y hasta cambian hábitos diarios. Aunque puede ser una herramienta positiva para promover una vida saludable, también representan un riesgo al fomentar el consumo excesivo de productos poco nutritivos.

Hoy en día, las redes sociales tienen un papel aún más fuerte que la publicidad tradicional:

- **Influencers Y Celebridades**: Promocionan productos a través de sus cuentas, y los seguidores suelen imitarlos.
- **Publicidad Encubierta**: Muchas veces, los anuncios no parecen comerciales, sino "recomendaciones personales", lo que los hace mucho más efectivos.

5. Desigualdad Alimentaria:

En el mundo actual, el consumo de alimentos no es igual para todas las personas. Mientras que algunos disfrutan de una gran variedad de productos nutritivos, otros apenas tienen lo suficiente para sobrevivir.

A este fenómeno se le llama desigualdad alimentaria, y es uno de los principales problemas sociales y económicos del siglo XXI.

Causas Principales:

- **Factores Económicos:** El nivel de ingresos determina qué come una familia. Quienes tienen pocos recursos suelen comprar lo más barato, que normalmente es poco nutritivo.
- **Desigualdad Global:** Mientras otros países desarrollados cuentan con excesos de comida y altos niveles de desperdicio, en países en vías de desarrollo millones de personas pasan hambre.

6. Tecnología E Innovación Alimentaria:

La forma en que Consumimos alimentos ha Cambiado mucho gracias a los avances tecnológicos. Hoy no solo Se trata de Producir y vender Comida, sino también de Crear nuevas formas de Conservarla, transportarla, distribuirla e incluso fabricar alimentos innovadores que antes Parecían imposibles.

Tecnología en la Producción y Conservación:

- **Proceso de conservación:** El uso de refrigeración, Congelación, Pasteurización y empaques al vacío Permite que los alimentos duren más tiempo y lleguen a más lugares.
- **Alimentos Ultraprocesados:** Aunque son Prácticos y accesibles, Suelen tener más aditivos, azúcares y grasas, lo que Plantea un Problema de salud.

Tecnología En La Distribución Y El Consumo:

- Apps De Delivery: Plataformas como Uber Eats, Rappi o Didi Food han transformado el consumo, permitiendo pedir comida desde el celular en minutos.
- Supermercados En Línea: Cada vez más personas compran sus alimentos de forma digital, lo que ahorra tiempo.
- Cafeteros Y Pagos Inteligentes: En algunos países existen máquinas automáticas que preparan comida al instante o tiendas sin cajeros, como las de Amazon Go.

Conclusión

El consumo de alimentos en la actualidad está influenciado por la tecnología, la Publicidad y los hábitos modernos, ofreciendo más variedad pero también generando desigualdades.

Links

<https://www.clikisalud.net/> ritmo-de-vida-dificolta-llevar-una-dieta-sana-Pero-no-lo-hace-imposible/.

Globalización y diversidad alimentaria

<https://azadaverde.org/> globalización-soberanía-alimentaria.

Factores sociales y económicos

<https://www.eufic.org/es/vida-sana/articulo/los-factores-determinantes-de-la-elección-de-alimentos/>.

Publicidad y redes sociales

<https://www.tandfonline.com/doi/full/>.