

Universidad del Sureste

4to Cuatrimestre

"Preparacion y conservacion de Alimentos"

Gomez Escobar Jonathan Josue

Arreola Jimenez Edoardo Enrique

Tapachula, Chiapas. 22/09/2025

Indice

..... Patrones reciente el consumo ¿que
Comen los mexicanos

..... Alimentos ultra procesados bebidas Azucares
y efecto en la salud

..... Inseguridades alimentarias y desigualdad
Socioeconomicas

..... Políticas públicas y medios regulatorios
reciente

..... Panorama general del gasto alimentario
en los hogares mexicanos

Introducción

El consumo de alimento constituye un aspecto central de vida cotidiana que refleja no solo las preferencias culturales y los recursos económicos de una población, si no también su estado de salud niveles de bienestar y los retos sociales asociados. En México durante los últimos años como el crecimiento de inflamación, el aumento de precios de alimentos y bebidas los cambios de hábito en la alimentación así como el crecimiento de enfermedades crónicas asociado a la dieta como obesidad, diabetes o enfermedades cardiovasculares como objetivo de esto es analizar el consumo de alimentos de México en la actualidad describir sus tendencias principales sus impactos en salud y bienestar así como identificar desafíos y posibles estrategias para fomentar más salubres y equitativos.

patrones reciente el consumo ¿ que comen los mexicanos? • Consumo de carne en 2024
Se estima alrededor de 82 kilogramos por persona, con aumentos de carne de cerdo
Cereales y verduras y otros granos aunque siguen siendo básicos en la dieta su participación
Tendencia de alimentos ultra procesados en muchas regiones del Sur de México incremento ha sido alimentos ultra procesados agravado por factores socioeconómicos el consumo de frutas y verduras es muy bajo relativamente estable

patrones reciente el consumo alimentos que comen los mexicanos

proteínas animales tienen mayor gasto económico en la dieta el gasto es en proteína animal (carne, huevo, pollo, leche) ha aumentado desde el 2022 pero hay brechas quienes tienen más ingreso de consumos de carne res o Cerdo los hogares menos ingreso optan proteína más accesibles como (huevo, pollo, más barato) o reducen su consumo

Alimentos ultra procesados bebidas Azucarada Y un efecto en la Salud

En Mexico es uno de los paises con mayor consumo mundial de refresco 163 litros por persona al año (2023 segun inegi) estas bebida aportan calorías vacías no generan saciedad pero aumenta el consumo energetico total Mexico es el pais con mas enfermedad de diabetes (alrededor del 10.3% de adultos) tambien puede llegar a enfermedad como cancer, enfermedad Cardiovascular, y obesidad y sobre peso.

Inseguridad alimentarias Y desigualdad socioeconómicas. desigualdad socioeconomica en Mexico distribución inequitativa de ingresos, y recursos y oportunidades lo que limita la capacidad de ciertos grupos sociales para satisfacer basicas incluyendo la alimentación en Mexico el porcentaje del ingreso que los hogares destinan a alimentos y bebidas son de hogar sobre un de ~52.8% a 54.6 % entre 2022 y 2024

políticas públicas y medios de regulatorios reciente. fue abrazada y en 2024 Algunos mandatos que incluyen producción alimentaria saludable y sustentable reversionados estratégicamente compras promover sistemas para el consumo alimentario en los hogares de México porque las carnes eran o son muy elevadas por las empresas entre otras cosas el cambio de hábitos de consumo no solo depende de una de regulaciones sino también factores culturales, económicos, acceso físico

programa general de gasto alimentario en los hogares mexicanos.

El programa no es oficial con ese nombre específico pero si estas buscando información analizan o registran los gastos alimentarios en hogares existen tipos de variedad como comidas chatarras, y analizan cada 2 años para hacer una encuesta con los alimentos

Conclusión

En México se observa el consumo de alimento de carne especialmente de pollo, res, cerdo, se caracteriza por una mayor demanda con productos ultraprocesados, rápidos, y convenientes influenciando en el estilo de vida acelerando. Aunque hay una falta de interés de llevar una vida saludable en México persisten problemas como el exceso de azúcares, grasas y ultraprocesada. La globalización y tecnología también han transformado los hábitos alimenticios, generando tanto oportunidades como desafíos para la salud y medio ambiente.