



LICENCIATURA: NUTRICIÓN APLICADA

ASIGNATURA: Microbiología y toxicología de alimentos

NÚMERO Y TÍTULO DE LA UNIDAD:

Unidad 1. Generalidades de la microbiología de los alimentos

ACTIVIDAD:

Autorreflexiones U1

ASESOR:

FABIAN GONZALEZ VARGAS

ESTUDIANTE:

GUILLERMO DE JESÚS VÁZQUEZ OLIVA

MATRICULA: ES231107260

FECHA DE ENTREGA:

26 de octubre de 2024



INTRODUCCIÓN

En el contexto actual, la seguridad alimentaria se ha convertido en un tema de creciente preocupación, especialmente en áreas donde la venta de alimentos callejeros es común. Estos alimentos, a menudo preparados y vendidos en condiciones que no siempre cumplen con los estándares de higiene, presentan riesgos significativos para la salud pública. La noticia revisada, que destaca la contaminación de los alimentos callejeros, pone de manifiesto la necesidad de una intervención proactiva para abordar esta problemática. Como nutriólogo, reconozco que mi papel es fundamental en la promoción de prácticas seguras y saludables en la manipulación y consumo de alimentos. A través de la educación, la sensibilización y la colaboración con diversos actores, puedo contribuir a mejorar las condiciones alimentarias de la comunidad, empoderando a los consumidores y vendedores para que adopten hábitos más saludables y seguros. Este enfoque integral no solo busca mitigar los riesgos asociados con la contaminación, sino que también promueve una cultura de salud y bienestar, fomentando el acceso a alimentos nutritivos y seguros para todos.



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Como nutriólogo, reflexiono sobre la importancia de mi función en el contexto de la seguridad alimentaria, especialmente al considerar las problemáticas asociadas con los alimentos callejeros contaminados, como se menciona en la noticia revisada. El aprendizaje que he obtenido sobre microorganismos, sus características y los factores que influyen en su crecimiento me proporciona una base sólida para abordar este tema desde múltiples perspectivas.

Primero, al identificar los microorganismos más prevalentes en los alimentos y sus fuentes de contaminación, puedo ofrecer orientación informada tanto a consumidores como a vendedores de alimentos. Educar a los vendedores sobre la manipulación segura de alimentos y la importancia de la higiene personal y del entorno de trabajo es esencial para prevenir la contaminación. Además, el conocimiento sobre las toxinas microbianas refuerza la necesidad de seguir prácticas adecuadas de conservación y preparación de alimentos, lo que puede reducir significativamente el riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos.

Asimismo, mi papel se extiende a la promoción de hábitos alimentarios saludables. Esto implica no solo informar sobre los riesgos asociados con los alimentos callejeros contaminados, sino también ofrecer alternativas más seguras y nutritivas. Al fomentar el consumo de alimentos que respeten normas de higiene, ayudo a la comunidad a tomar decisiones informadas que benefician su salud.

Además, al desarrollar materiales educativos y realizar talleres, puedo crear conciencia sobre la microflora normal de los alimentos y su papel en la salud. A través de esta educación, los consumidores aprenderán a distinguir entre alimentos que pueden ser perjudiciales y aquellos que aportan beneficios, como los fermentados.

Por último, considero fundamental colaborar con las autoridades sanitarias para establecer programas de inspección y certificación que respalden la calidad de los alimentos vendidos en la calle. Esto no solo mejoraría la salud pública, sino que también empoderaría a los vendedores a adoptar prácticas responsables, generando un entorno alimentario más seguro.



CONCLUSIONES

En conclusión, como nutriólogo, tengo la responsabilidad y la oportunidad de influir positivamente en las condiciones alimentarias de mi comunidad, especialmente frente a los desafíos que presentan los alimentos callejeros contaminados. Mi papel se extiende más allá de simplemente informar; implica un compromiso activo en la educación, la promoción de prácticas seguras y la colaboración con diversas entidades.

A través de la educación, puedo equipar a consumidores y vendedores con el conocimiento necesario para comprender los riesgos asociados con la manipulación y el consumo de alimentos. Esto no solo incluye la identificación de microorganismos peligrosos y sus fuentes de contaminación, sino también la promoción de prácticas adecuadas de higiene y conservación de alimentos. Al empoderar a los vendedores con estas herramientas, les ayudo a adoptar un enfoque más responsable en su actividad, lo que se traduce en un entorno alimentario más seguro.

Por último, mi compromiso con la salud pública implica una adaptación continua a las necesidades de la comunidad y a la evolución de los riesgos sanitarios. Mantenerme actualizado sobre investigaciones y prácticas en seguridad alimentaria es crucial para ofrecer soluciones efectivas y pertinentes. Este enfoque integral es esencial para lograr un impacto duradero en la salud de la comunidad, asegurando que los alimentos consumidos sean no solo seguros, sino también nutritivos y beneficiosos para el bienestar general. Mi función como nutriólogo es clave en la promoción de un entorno alimentario más saludable, y cada acción que tome puede contribuir a un cambio significativo en la calidad de vida de quienes me rodean.



FUENTES DE CONSULTA

Gaviña, D. (2017). Contaminados, los alimentos callejeros. El sol de Cuatla. <https://www.elsoldecuautla.com.mx/local/contaminados-losalimentos-callejeros-1258959.html>

EFSA. (s/f). Parásitos en alimentos. Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de <https://www.efsa.europa.eu/es/topics/topic/parasites-food>

ELIKA. (2019, julio 12). Virus. ELIKA Seguridad Alimentaria. <https://seguridadalimentaria.elika.eus/fichas-de-peligros/virus/>

Es, E. (2011, octubre 26). Aumentan a 28 los muertos por comer melones con listeria en Estados Unidos. El mundo.es. https://www.elmundo.es/america/2011/10/26/estados_unidos/1319636731.html

FBK. (2022, marzo 13). FACTORES QUE AFECTAN AL DESARROLLO BACTERIANO. FBK México. <https://fbkmexico.com/factores-que-afectan-al-desarrollo-bacteriano/>

Food Safety and Inspection Service. (s/f). Hongos en los Alimentos: ¿Son Peligrosos? Usda.gov. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de <https://www.fsis.usda.gov/food-safety/safe-food-handling-and-preparation/food-safety-basics/hongos-en-los-alimentos-son>

Gallardo, J. D. (2023, marzo 21). Factores que influyen en el crecimiento y desarrollo de microorganismos. Academy EQS; EQS Academhy. <https://eqsgrupo.com/factores-que-influyen-en-el-crecimiento-y-desarrollo-de-microorganismos/>

Ingeniia. (2022, mayo 26). HACCP (Análisis de Peligros y Puntos Críticos de Control). Ingeniia. <https://ingeniia.com/haccp/>

INSST. (s/f). Bacterias. Portal INSST. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de <https://www.insst.es/agentes-biologicos-basebio/bacterias>

La biología de los microorganismos. (s/f). Gob.mx. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de <https://www.oaxaca.gob.mx/ageo/la-biologia-de-los-microorganismos/>

Lloyd. (2024, abril 17). Microbiota Normal vs. Patógenos en Alimentos: Análisis, Detección y Riesgos para la Salud. Lloyd Mexicano Laboratorios - Análisis Físicoquímicos y Microbiológicos. <https://lloydmx.com/microbiota-y-patogenos-en-alimentos/>

Peña, S. T. (2011, septiembre 29). Brote de listeriosis en EEUU por el consumo de melones. Centro de Vigilancia Sanitaria Veterinaria (VISAVET) U.C.M. <https://www.madrimasd.org/blogs/alimentacion/2011/09/29/130818>

Prados, A. (2021, enero 11). Flora bacteriana: qué es, qué beneficios te proporciona y cómo cuidarla. Lactoflora. <https://www.lactoflora.es/flora-bacteriana-que-es-que-beneficios-te-proporciona-y-como-cuidarla/>



Prohens, M. [@Alnelson5]. (s/f). Moho del pan. Microscopio. Youtube. Recuperado el 23 de octubre de 2024, de https://www.youtube.com/watch?v=NDgNHUr55_M

Quinsa, R. (2023, noviembre 28). Microbiología y Bacteriología. Quinsa; Química Industrial y de Salud. <https://quinsa.com.mx/2023/11/28/microbiologia-bacteriologia/>

Rodríguez, H. (2021, diciembre 15). Las levaduras del pan y la cerveza podrían ser clave para producir medicamentos. National geographic. https://www.nationalgeographic.com.es/ciencia/mas-que-cerveza-y-pan-levaduras-productoras-eficientes-medicamentos_17622

UNADM. (s/f). Generalidades de la microbiología de los alimentos. Unadmexico.mx. Recuperado el 13 de octubre de 2024, de https://dmd.unadmexico.mx/contenidos/DCSBA/BLOQUE2/NA/04/NMTA/unidad_01/descargables/NMTA_U1_Contenido_2024-2.pdf

Universidad de los Andes Colombia. (2018). Información General Microbiología. <https://cienciasbiologicas.uniandes.edu.co/es/programas/pregrado-microbiologia>