**LICENCIATURA: NUTRICIÓN APLICADA**

# ASIGNATURA: BROMATOLOGÍA Y TÉCNICAS CULINARIAS

# NÚMERO Y TÍTULO DE LA UNIDAD:

Unidad 3. Propiedades bromatológicas de los alimentos III

**ACTIVIDAD:**

Autorreflexiones U3

**ASESORA:**

LAURA DENISE LOPEZ BARRERA

**ESTUDIANTE:**

GUILLERMO DE JESÚS VÁZQUEZ OLIVA

**MATRICULA:** ES231107260

**FECHA DE ENTREGA:**

30 de mayo de 2024

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD**

**¿De acuerdo con el artículo que repercusión tiene el consumo de alimentos transgénicos?**

De acuerdo con los científicos mexicanos, el consumo de alimentos transgénicos tiene tanto ventajas como desventajas. Entre las ventajas, se mencionan la mayor eficiencia en la producción de alimentos y la reducción del uso de pesticidas, lo cual puede beneficiar al medio ambiente. Sin embargo, también se señalan preocupaciones sobre los posibles efectos en la salud humana y la biodiversidad. Estas preocupaciones incluyen el riesgo de alergias, la transferencia de genes resistentes a antibióticos y el impacto a largo plazo en los ecosistemas.

**¿Para qué te sirve comprender el beneficio de los alimentos?**

Entender los beneficios de los alimentos, incluidos los transgénicos, es esencial para tomar decisiones informadas sobre nuestra dieta y salud. Este conocimiento nos permite evaluar tanto los aspectos positivos como los negativos de los alimentos que consumimos, asegurando que nuestras elecciones alimentarias sean saludables y sostenibles. Además, esta comprensión nos ayuda a apreciar los avances científicos en la producción de alimentos y a reconocer su impacto en la sociedad y el medio ambiente.

**¿Qué aplicación le encuentras a lo que aprendiste en esta unidad en relación con la carrera que elegiste, tu trabajo y en general con tu vida cotidiana?**

En el contexto de mi carrera en Nutrición, el aprendizaje sobre los alimentos transgénicos es vital. Como futuro nutriólogo, es crucial estar al día con las investigaciones y debates sobre los transgénicos para poder informar y asesorar adecuadamente a mis pacientes. Esto implica entender tanto los beneficios potenciales como los riesgos asociados, y comunicar esta información de manera clara y equilibrada.

En mi trabajo, esta información me permitirá diseñar planes de alimentación personalizados que tomen en cuenta las preocupaciones de mis pacientes sobre los transgénicos, así como sus necesidades nutricionales específicas. Además, podré contribuir a la educación y sensibilización sobre los alimentos transgénicos, fomentando una comprensión más profunda y una aceptación informada de estos productos.

En mi vida cotidiana, el conocimiento sobre los alimentos transgénicos me capacita para hacer elecciones alimentarias más conscientes y responsables. Puedo aplicar este conocimiento para mantener una dieta equilibrada y saludable, y también para educar a mi familia y amigos sobre los beneficios y riesgos de los transgénicos, promoviendo así hábitos alimenticios más saludables y sostenibles en mi entorno.

**FUENTES DE CONSULTA**

Alimentos transgénicos: Descubre los más comunes en la industria alimentaria. (2023, mayo 19). THE FOOD TECH. <https://thefoodtech.com/tecnologia-de-los-alimentos/alimentos-transgenicos-descubre-los-mas-comunes-en-la-industria-alimentaria/>

Gómez-Álvarez Salinas, P. (2001). Alimentos transgénicos .Cara y Cruz. Farmacia profesional (Internet), 15(4), 80–84. <https://www.elsevier.es/es-revista-farmacia-profesional-3-articulo-alimentos-transgenicos-cara-cruz-12003987>

Hervert Hernández, D. (2022). The role of cereals in nutrition and health for a sustainable diet. Nutricion hospitalaria: organo oficial de la Sociedad Espanola de Nutricion Parenteral y Enteral, 39(SPE3), 52–55. <https://doi.org/10.20960/nh.04312>

Organismos genéticamente modificados - OGM. (s/f). Medlineplus.gov. Recuperado el 29 de mayo de 2024, de <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/002432.htm>

Toche, N. (s/f). Científicos mexicanos abonan a la discusión de transgénicos. eleconomista.com.mx. Recuperado el 30 de mayo de 2024, de <https://www.eleconomista.com.mx/arteseideas/Cientificos-mexicanos-abonan-a-ladiscusion-de-transgenicos-20180228-0122.html>

UNADM. (s/f). Propiedades bromatológicas de los alimentos 3. Unadmexico.mx. Recuperado el 30 de mayo de 2024, de <https://dmd.unadmexico.mx/contenidos/DCSBA/BLOQUE2/NA/03/NBTC/unidad_03/descargables/NBTC_U3_Contenido.pdf>