**LICENCIATURA: NUTRICIÓN APLICADA**

# ASIGNATURA: SERVICIOS DE ALIMENTOS

# NÚMERO Y TÍTULO DE LA UNIDAD:

Unidad 1. Generalidades de los servicios de alimentación

**ACTIVIDAD:**

Autorreflexiones U1

**ASESORA:**

YAZMIN VENCES ZAVALA

**ESTUDIANTE:**

GUILLERMO DE JESÚS VÁZQUEZ OLIVA

**MATRICULA:** ES231107260

**FECHA DE ENTREGA:**

26 de abril de 2024

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD**

**¿Qué aprendizajes obtuviste?**  
En esta primera unidad, exploramos los fundamentos de los servicios de alimentación, desde su definición hasta su importancia en la promoción de la salud y el bienestar. Aprendimos sobre los diferentes tipos de servicios de alimentación y cómo se adaptan a las necesidades de los comensales, considerando factores como la edad, el estado de salud y las preferencias dietéticas. Reconocimos el papel esencial del nutriólogo en la planificación de menús saludables y en la educación nutricional de los usuarios. Además, exploramos las diversas funciones y áreas de los servicios de alimentación, así como las actividades específicas que se llevan a cabo para garantizar la calidad y la seguridad alimentaria.

El papel del nutriólogo en los servicios de alimentación es crucial para garantizar que los individuos reciban una nutrición adecuada y equilibrada. En un mundo donde las enfermedades relacionadas con la dieta están en aumento, la orientación y supervisión de un profesional de la nutrición son más importantes que nunca.

En primer lugar, el nutriólogo desempeña un papel fundamental en la planificación y diseño de menús saludables y balanceados. Esto implica tener en cuenta las necesidades específicas de los comensales, como sus preferencias dietéticas, restricciones alimentarias y requerimientos nutricionales individuales. Al colaborar con otros profesionales del servicio de alimentos, el nutriólogo puede asegurar que se ofrezcan opciones nutritivas y variadas que satisfagan las necesidades de todos los usuarios.

Además, el nutriólogo es responsable de educar tanto al personal de cocina como a los comensales sobre la importancia de una alimentación saludable. Esto puede incluir la capacitación en prácticas culinarias saludables, la promoción de la selección de alimentos nutritivos y la enseñanza sobre la importancia de mantener un estilo de vida activo. Al empoderar a las personas con conocimientos sobre nutrición, el nutriólogo puede influir positivamente en sus hábitos alimenticios a largo plazo, promoviendo la salud y el bienestar general.

Otro aspecto crucial del papel del nutriólogo en los servicios de alimentación es la evaluación y el seguimiento continuo de la ingesta dietética de los comensales. A través de la monitorización regular y el análisis de la alimentación, el nutriólogo puede identificar áreas de mejora y proporcionar recomendaciones personalizadas para optimizar la salud y el rendimiento.

El nutriólogo desempeña un papel multifacético e integral en los servicios de alimentación, desde la planificación de menús hasta la educación y la evaluación nutricional. Su experiencia y conocimientos son esenciales para promover hábitos alimenticios saludables y garantizar que los individuos reciban la nutrición adecuada que necesitan para prosperar.

**FUENTES DE CONSULTA**

CESSA Universidad. (s/f). ¿Cómo especializarse en servicios de alimentación institucional? Edu.mx. Recuperado el 26 de abril de 2024, de https://www.cessa.edu.mx/blog/como-especializarse-en-servicios-de-alimentacion-institucional

ESDAI. (s/f). ¿Qué es un servicio de alimentos? Edu.mx. Recuperado el 26 de abril de 2024, de https://blog.up.edu.mx/esdai-guadalajara/que-es-un-servicio-de-alimentos

Gutierrez, J. B. (s/f). Principios generales de los alimentos. Edu.ar. Recuperado el 12 de abril de 2024, de https://fcen.uncuyo.edu.ar/upload/ciencia-bromatologica.pdf

Hinojosa, L. A. C., del Carmen Chuquimarca Chuquimar, R., & Paccha, K. G. V. (2020). Administración de servicios de alimentos: Nutrición, Calidad y Producción. En Análisis del comportamiento de las líneas de crédito a través de la corporación financiera nacional y su aporte al desarrollo de las PYMES en Guayaquil 2011-2015 (Vol. 3, Número 3 ESP, pp. 52–76). Saberes de Conocimiento. https://doi.org/10.26820/recimundo/3.(3.esp).noviembre.2019.52-76

UNADM. (s/f). Generalidades de los servicios de alimentación. Unadmexico.mx. Recuperado el 10 de abril de 2024, de https://dmd.unadmexico.mx/contenidos/DCSBA/BLOQUE2/NA/03/NSAL/unidad\_01/descargables/NSAL\_U1\_Contenido.pdf

UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA . COMISIÓN SECTORIAL DE ENSEÑANZA. (s/f). Principios de la preparación de alimentos. Edu.uy. Recuperado el 12 de abril de 2024, de https://www.cse.udelar.edu.uy/wp-content/uploads/2018/12/Principios-de-la-preparacio%CC%81n-de-alimentos-Noguera-2018.pdf