Guía Didáctica

Eje ALIMENTACIÓN - CLASE Nº 1

Temas: Alimentación - Epigenética - Evolución

Competencia a desarrollar

- Reconoce las necesidades básicas del organismo y los beneficios de una alimentación correcta.

Objetivos de aprendizaje

- Comprender la relación entre la alimentación y la evolución de la especie humana.
- Identificar los momentos clave en la evolución mediados por la alimentación.
- Reconocer la relación que existe entre el genoma humano y la alimentación.

Tareas previas

Visualizar los siguientes videos:

- Videódica (2013) Del mono al hombre: ¿Qué nos hizo humanos? https://www.youtube.com/watch?v=pOyCM8yZYNA
- History Channel (2015) Comer carne formó el cerebro humano: https://www.youtube.com/watch?v=u1WulmkBSvM
- FoodtopiaProject (2013) La historia de la alimentación: https://www.youtube.com/watch?v=4E_fLDTJ0q0
- TEDed (2016) Guerrero-Bosagna, Carlos. ¿Qué es la epigenética? En inglés. Poner subtítulos en español. https://youtu.be/_aAhcNjmvhc
- Doval, Hernán (2020). ¿Nosotros elegimos a los alimentos o los alimentos nos eligen a nosotros? Congreso Argentino de Cardiología 2019. https://youtu.be/nwaXjRHZKG8

Leer los siguientes materiales:

- Doval, Hernán C. La selección genética programó nuestra alimentación ¿Deberíamos volver a la comida del hombre del Paleolítico? Revista Argentina de Cardiología 2005;73(3):244-248. https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=305325329017
- Arroyo P. La alimentación en la evolución del hombre: su relación con el riesgo de enfermedades crónico degenerativas. Bol Med Hosp Infant Mex. 2008; 65(6):431-440. https://www.medigraphic.com/pdfs/bmhim/hi-2008/hi086d.pdf

- Fernández, O. E. (2021) Fernández L Organizadores Gráficos 2021.pdf
- Fernández, O.E. (2021). Fernandez L Redacción de Textos 2021.pdf
- Salinas L. (2022) Informática -Uso Básico de Procesador de textos, Formatos, Estilos Bibliográficos.

Recomedaciones

- Cuando realice las tareas anteriores subraye las ideas principales con un color y las secundarias con otro.
- Anote los conceptos, palabras o nombres de científicos que le resulten desconocidas; busque sus significados o biografías.

Actividades

Las actividades son **individuales**:

a) En base a los videos y a los textos deberá realizar una **línea de tiempo**, (graficando en la misma a la prehistoria y a la historia con sus edades). Consultar: https://eacnur.org/blog/etapas-historicas-en-el-desarrollo-de-la-humanidad-tc_alt45664n_o_pstn_o_pst/), usando
Genially: https://genially.com/es/crear/linea-de-tiempo/ o
Canva: https://www.canva.com/es_es/plantillas/s/tiempo/ o
Lucidchart: https://www.lucidchart.com/pages/es/landing/linea-del-tiempo o cualquier otra plataforma de diseño y comunicación visual que usted conozca y maneje. Una vez concluida la actividad la baja en formato PDF o JPG. Deberá trabajar específicamente sobre la **PREHISTORIA,** colocando los eventos más relevantes relacionados con la alimentación (prestando especial atención a los cambios corporales y de las condiciones de vida).

b) Para investigar, leer, pensar y luego redactar un **ensayo** de no más de 300 palabras buscando dar respuesta a las siguientes preguntas: ¿Qué significa "comida chatarra" o "alimentos ultraprocesados"? ¿Podría nombrar algunos ejemplos? ¿Qué consecuencias acarrea su consumo para la salud? ¿Son adictivos? ¿Consume usted algunos de éstos alimentos? ¿Cuáles? ¿El conocimiento de los efectos deletéreos para la salud, cree usted que modificará su patrón de consumo de éstos alimentos? ¿Encuentra alguna relación entre el consumo de éstos alimentos, la evolución humana inducida por la alimentación y la epigenética? ¿Podría explicitarla brevemente?

Atención

El día jueves 13 de febrero de 2025 a las 19:00 horas vence la entrega de este trabajo en el aula virtual. La entrega es obligatoria.

El trabajo deberá ser redactado en un documento de word (A4, letra: arial 11, interlineado: sencillo 1,0, párrafo justificado, márgenes de 2 cm) teniendo especial cuidado con la ortografía y la gramática. Deberá tener una carátula, donde figuren los siguientes datos: universidad, facultad, carrera, asignatura, comisión y nombre del autor identificado con Apellido/s, Nombre/s y DNI.

Una vez finalizado el trabajo lo transformará a formato PDF. Subirá su producción al aula virtual en el lugar habilitado para tal fin en el Eje correspondiente.

El trabajo es **INDIVIDUAL. Lo identificará con las iniciales del eje+DNI+comisión**
Eje Alimentación (AL). Ej: AL12345678C1.

Material de la asignatura Medicina Hombre y Sociedad