

### **3.- Industrias de Alimentación**

Nuestro organismo, como el de todos los seres vivos, tiene una **constitución** y realiza unas **funciones fundamentales**, para la vida, y por tanto necesita un aporte energético. Es necesario proporcionarle a nuestro organismo unos nutrientes que permitan obtener los principios anteriormente mencionados. Estos nutrientes son aportados por la **alimentación** y por lo tanto su origen es exterior a nuestro organismo.

De aquí la famosa frase: ***Estar bien alimentado no significa estar bien nutrido.***

La alimentación es mucho más que el hecho de comer para saciar el hambre o comer para vivir, debe mantener las necesidades nutricionales y energéticas del organismo para asegurar una buena salud y prevenir enfermedades.

Estos **nutrientes** reciben el nombre de **Principios Inmediatos** y los podemos clasificar en:

#### **a) Hidratos de carbono**

Los hidratos de carbono tienen importancia por su **aporte energético**.

#### **b) Proteínas**

Son los principales **elementos estructurales** de las **células** y los **tejidos del organismo**.

#### **c) Grasas**

Las grasas, también llamadas Lípidos, aportan al organismo **fundamentalmente energía**, pero también forman parte de la estructura de las **membranas celulares** y **transportan** vitaminas (A, D, E y K) hasta las células.

#### **d) Vitaminas**

Micronutrientes importantes principalmente porque su **carencia** provoca **enfermedades**.

d) ***Sales Minerales***

Regulan importantes funciones en el organismo.

e) ***Fibra***

Es un conjunto de sustancias de origen vegetal, la mayoría hidratos de carbono, que no se disuelven en el proceso de digestión. Durante mucho tiempo se creyó que la fibra alimentaria no era necesaria para el ser humano, ya que nuestro sistema digestivo no tenía las enzimas necesarias para poder degradarla y así digerirla. Sin embargo, estudios realizados más recientemente han demostrado que la fibra forma parte esencial de la nutrición de las personas, recomendándose actualmente su ingesta diaria, imprescindible para cualquier dieta sana y equilibrada.

Estos Principios Inmediatos, como se dijo son aportados por la alimentación y la podemos realizar:

- a) De productos ***animales*** o ***vegetales*** de forma ***directa***
- b) A través de las ***conservas elaboradas*** de estos principios inmediatos

En pocos años, y debido a la internacionalización de la empresa, la industria alimentaria ha tenido que hacer frente a los cambios sociales y a las especialidades gastronómicas de las distintas regiones y culturas del mundo

En este punto estudiaremos: la ***leche*** y sus derivados, las ***mermeladas***, el ***aceite de oliva*** y el ***chocolate***.

***Enlaces***

<http://www.kpmg.com/ES/es/ActualidadyNovedades/ArticulosyPublicaciones/Documents/restos-perspectivas-industria-alimentacion-espana.pdf>

<http://ben.upc.es/documents/eso/aliments/HTML/home.html>

<http://www.elmundo.es/economia/2015/03/18/55097153268e3e054f8b4581.html>

<http://www.fiab.es/es/industria/industria.asp>

