

# UNIVERSIDAD DEL SURESTE

---

CARRERA:

NUTRICIÓN

MATERIA:

BIOTECNOLOGIA DE LOS ALIMENTOS

TEMA:

ENSAYO

CATEDRATICO:

SANCHEZ GORDILLO NEFI ALEJANDRO

ALUMN@:

MONZÓN LÓPEZ LITZY BELEN

LUGAR Y FECHA:

TAPACHULA CHIAPAS

07/07/2020

## INTRODUCCION

En este ensayo encontraras información en como tienen que ver mucho los sabores y los sentidos en la alimentación ya que por lo regular los seres humanos se dejan guiar mucho por lo que observan un ejemplo puede ser que si vemos un pastel de chocolate o algo que se vea muy apetitoso nuestro sentido de la vista nos provoca la sensación de quererlo comer y en este ensayo podemos aprender mucho sobre la importancia de los sentidos en nuestra alimentación.

## UNIDAD III: ELECCIONES DE ALIMENTOS

### 3.1 INFLUENCIAS SENSORIALES EN LA ELECCIÓN DE ALIMENTOS: EXPERIENCIA VS PREFERENCIAS INNATAS.

El análisis sensorial nos ayudan a conocer las propiedades organolépticas de los alimentos y se realiza a través de los sentidos (sabor, textura, olor, etc. ) y esto nos ayuda a saber si el producto es bueno, control de calidad y aceptabilidad de un alimento.

Hay que tomar en cuenta que un alimento también necesita cumplir otros requerimientos como de higiene, inocuidad y calidad del producto, para que éste sea aprobado por el consumidor.

El objeto sensorial o el instrumento de medición que se utiliza es el mismo ser humano ya que podemos sentir los sabores y texturas a diferencia de las máquinas que no pueden desarrollar esta función.

Todo esto con el fin de conseguir un producto de buena calidad para que sea bueno y no sea malo o dañino para el consumidor y con el fin de que sea un producto que tenga mucho éxito en el mercado .

Se ha demostrado por medio de estudios que el ser humano desde bebé siempre ha mostrado preferencias por los sabores dulces y salados.

### 3.2 INFLUENCIAS FISIOLÓGICAS EN LA ELECCIÓN DE ALIMENTOS

Los alimentos pueden provocar daños después de su ingesta ya que estos provocan respuestas fisiológicas .

Podemos encontrar alimentos que provocan la sensación de saciedad en el ser humano y por eso se consumen mucho. Las características biológicas determinan la selección de ciertos alimentos y el papel del apetito, la palatabilidad y el gusto.

El ser humano también tiene necesidades fisiológicas ya que el cuerpo humano necesita comer para obtener los nutrientes necesarios y la energía para sobrevivir y realizar todas las actividades de su día a día ya que igualmente el ser humano tiene que sentir la sensación de hambre y saciedad.

Las sensaciones de hambre y saciedad son el resultado de procesos fisiológicos complejos.

La palatabilidad es el placer que siente una persona al momento de comer o de degustar un alimento en especial esto se debe a su sabor. Un ejemplo claro es que los alimentos tanto dulces como salados tienen una mayor aceptación o demanda en la población humana ya que todo mundo prefiere estos sabores antes que los amargos , picosos ,ácidos , etc.

### 3.3 APROXIMACIONES PSICOBIOLOGICAS Y SOCIOPSICOLOGICAS HACIA LA ELECCIÓN DE ALIMENTOS

Esta se basa en los sentidos del hambre y la saciedad . El hambre se puede experimentar ante la falta de alimentos y la saciedad es cuando una persona se siente satisfecho después de consumir su comida, se considera que la saciedad es lo contrario o lo opuesto del el hambre .

#### La función de los químicos:

Esto juega un papel muy importante ya que hay alimentos que nos dan la sensación de la saciedad al contrario de otro que pueden provocar adicciones o un consumo excesivo por sus los químicos , ingrediente y su composición que contienen ya que les pueden provocar un daño por su excesos en grasas , azucares , saborizantes ,etc. Por ejemplo en los grandes negocios de comida chatarra ( Sabritas, pizzas , Hamburguesas, etc).

#### Psicofármacos y sustancias neuroquímicas:

Los efectos de los fármacos tienen un papel muy importante en el ser humana y el hambre ya que pueden tener mucha influencia ejemplos son los: lúdicos, antipsicóticos, antidepressivos, analgésicos y supresores del apetito.

### CONCLUSION:

Los sentidos como el gusto es muy importante en la alimentación ya que el ser humano prefiere los sabores dulces y salados , también las sensaciones del hambre y la saciedad son importantes ya que por medio del hambre nuestro cuerpo puede manifestar nuestra necesidad fisiológica del alimento para la obtención de los nutrientes y la energía necesaria que necesitamos para vivir