



LICENCIATURA EN NUTRICIÓN.

PSICOLOGIA Y RETOS NUTRICIONALES

MAPA CONCEPTUAL:2.7,2.8,2.9,2.10,2.11

LIC.NEFI ALEJANDRO SÁNCHEZ GORDILLO

ALUMNA: VERONICA VELAZQUEZ ROBLERO

TERCER

CUATRIMESTRE

TAPACHULA CHIAPAS, A 20 DE JUNIO DE 2020.

# psicología y retos nutricionales

## La comida como amor

La comida y el amor hacen una simbiosis perfecta y la combinación de ambas logran un entrelazado perfecto y armónico que además solidifican la relación.

amor, pasión y energía

## Comida y sexualidad

Algunos alimentos se relacionan con el sexo y la sexualidad.

Los anuncios de helado ofrecen sus productos con una vía para la satisfacción sexual

se considera que comer carne despierta los impulsos sexuales. Por ejemplo, Cecil (1929) describía como evito comer carne el capitán de un barco de esclavos para no desear a las esclavas. Igualmente, durante los siglos XIX y XX, se recomendaban las dietas bajas en carne para evitar que los varones jóvenes se masturbasen (Punch, 1977). Es más las impresiones sexuales que describen a las mujeres o el sexo se derivan a menudo de animales o comidas como "Beaver", bitch

## Relaciones de poder

Delphy (1979) dice que, en la Francia rural del siglo XIX, los hombres consumían con regularidad una cantidad de comida superiores a las ofrecidas a las mujeres, niños o ancianos enfermos y que, si había aves o carnes se reservaban para los hombres, la comida es un foro para las exposiciones de amor y atención y para los conflictos entre salud y placer, y es símbolo de las relaciones de poder en el seno de la familia

## Comida como identidad religiosa

religiones, en el ámbito de la alimentación

qué alimentos no deben consumirse, qué alimentos son deseables en ciertas festividades para conmemorar algún acontecimiento, cómo manipular y cocinar los alimentos, y cuándo y cómo ha de ser el ayuno.

La creencia religiosa de las personas parece depender de la sociedad en que viven, de la cultura que interiorizan, que de una opción personal. A su vez, la creencia religiosa dominante en una sociedad depende de una serie de razones históricas, culturales y geopolíticas

normas que establecen las religiones

el país (las normas de una misma religión pueden ser más flexibles en unos países), el grado de compromiso religioso de las personas (las personas más religiosas son más estrictas en su cumplimiento) la época (hace unas décadas había más gente que ajustaba su comportamiento a las normas religiosas).

## Alimentación y salud

tiene más que ver con lo que sucede tras la incorporación de la comida a nuestro cuerpo que con el proceso mismo de comer

consejos para mantener una vida sana

Mantener una buena dieta

Hacer ejercicio

Beber mucha agua

Descansar lo suficiente

## BIBLIOGRAFIA:

Bibliografía básica y complementaria: <http://www.grupofinsi.com/blog.asp?vcblog=1177> <http://canalsalud.imq.es/alimentacion-y-salud/>  
<https://psicologiaymente.com/nutricion/psicologia-nutricion-alimentacion-emocional> <https://prezi.com/sxrqjebryect/la-relacion-entre-actitud-y-comportamiento/> <https://sociologiadelsistemaalimentario.wordpress.com/category/3-creencias-religiosas-yalimentacion/> <https://www.psicologia-online.com/investigacion-empirica-y-experimental-en-psicologia-social618.html> <https://www.psicologia-online.com/el-metodo-observacional-o-experimental-1980.html> [https://www.ecured.cu/Investigaci%C3%B3n\\_Correlacional](https://www.ecured.cu/Investigaci%C3%B3n_Correlacional)  
<http://www.edu.xunta.gal/centros/ieschapela/system/files/LOS%20FACTORES%20DETERMINANTES%20DE%20LA%20ELECCI%C3%93N%20DE%20ALIMENTOS.pdf> <https://lamenteesmaravillosa.com/cual-es-el-vinculo-entre-emocion-y-alimentacion/> <http://experticia.fca.uncu.edu.ar/numeros-anteriores/n-1-2014/122-la-alimentacion-factoresdeterminantes-en-su-eleccion>  
<http://spars.es/wp-content/uploads/2017/02/vol42-n1-3.pdf> <http://www.consumer.es/seguridad-alimentaria/2004/08/24/13863.php>

