

Universidad del Sureste

Licenciatura en Nutrición

Psicología y Retos Nutricionales

“Psicología estudiando la comida desde diferentes  
perspectivas”

Nefi Alejandro Sánchez Gordillo

3° Cuatrimestre

Diego Riquelme Cano Aquino

422419026

09/05/20

Tapachula, Chiapas

## Introducción

En el presente trabajo, mencionaremos como es que la psicología ha estudiado la comida y por qué llevo a tal grado de saber como funcionaba el comer, siendo este por señales de hambre y saciedad, que se podía obtener utilizando un método de aprendizaje, Llevando a cabo recolección de datos de continentes para saber como era en otros lados, por que no tenia mucha relevancia saber la psicología del comer, que implicaba eso, por que se daba de esta manera, es por esto que se usa metodologías para conocer ciertos puntos y mas para como se usa la psicología del comer. Como podía implicar una conducta alimentaria con la psicología del comer. La importancia de la psicología en el campo de la nutrición, como es que la psicología tiene relación con la comida, es posible que haya problemas relacionas a la alimentación y que puedo asociar a la psicología. La psicología de la comida se ha enfocado a saber u obtener cierta información de como se produce ciertos estímulos y que se creen patrones que lo lleven como objeto de estudio y así obteniendo información que revele que se ha estado buscando.

## Desarrollo

En épocas anteriores la psicología de la comida era considerada mecanicista. Los investigadores estaban preocupados por era la fisiología del comer, observando las señales internas que producía la conducta del comer. Los estudios se centraban en las señales del hambre y en la saciedad del comer y dejar de comer.

El procedimiento de aprendizaje sobre la comida fue abandonado, pero siendo retomando entre los años 50 y 60 siendo este especialmente, dejando atrás la manera de trabajar con modelo homeostático siendo reemplazado por el modelo de aprendizaje. Luego la investigación se enfocó en como el aprendizaje y la experiencia interactuaban con una predisposición biológica para producir ciertos patrones de alimentación y obtener respuestas fisiológicas.

Aunque, se incluía lo social a través del aprendizaje en la aproximación hacia la comida, no producía un impacto de cambio mayor en la psicología de la comida y el comer, esto seguía siendo comprendida como una conducta alimentaria y siguiendo con la búsqueda de caminos en los cuales pudiese ser precedida y modificada, la psicología del comer seguía mayormente individualizado en Norteamérica.

En Europa, se llevaba otra forma de la psicología social de la comida, eran estudios dedicados a la representación del comer. Este modelo de estudio evaluaba tipos sociales de conocimiento compartidos por una comunidad, en los cuales eran producidos y cultivados, en la vida diaria. Las manifestaciones culturales eran consideradas una fuente importante para los estudios sobre comida. La conducta alimentaria fue entendida en referencia a las formas en que era representada la comida.

La predicción no era un objetivo mayor, y la investigación estaba más focalizada en la comprensión de la comida como fenómeno social, introduciendo una forma sociológica en los estudios sobre comida en Psicología Social.

La evolución de los estudios sobre comida en Psicología Social, aparecieron trabajos que mostraban que la preocupación psicosocial ya había surgido y se desarrollaba a un paso relativamente rápido en Antropología Social y Sociología.

Teóricamente, los trabajos pueden ser ubicados en tres perspectivas: funcionalismo, estructuralismo y desarrollismo. ce un tanto reduccionista, ayuda a visualizar el área.

Las orientaciones teóricas no son mutuamente excluyentes, más bien indican prioridades en las formas de aproximación a la comida y prácticas de la alimentación y en concebir su objeto central.

*El funcionalismo implicaba una analogía entre la sociedad y un sistema orgánico, en el cual las partes determinaban el buen funcionamiento del todo.* (Malinowski, 1935)

Esta orientación teórica examinaba el significado funcional (el rol, el valor social) de la comida y el comer para la cohesión y continuidad de un sistema social como totalidad, así como para sus patologías.

*El estructuralismo tomó la comida y las prácticas de la alimentación como análogas al lenguaje.* (Barthes, 1961; Douglas, 1972; Lévi-Strauss, 1966)

*El objetivo de las investigaciones era entender ciertas convenciones que eran subjetivamente categorizados y asociados a la comida, tomados como signos de un sistema. La comida era un tipo de comunicación es comprensible, tal caso sus aspectos de la cultura y sociedad.*

*El desarrollismo reunió estudios que compartían un foco en el proceso histórico de la comida y las prácticas de la alimentación como medio de describir y explicar las dimensiones culturales y sociales de una sociedad.* (Mennell, 1985; Mintz, 1996)

Se refiere a las formas en que la comida es expresión de cultura, valores y estética, y alude a la manera en que la comida es concretamente exhibida, llevada a la mesa y servida a los consumidores. La realización incluye el lugar de los alimentos dentro del sistema de cocina y refecciones, se refiere a un marco más grande de ciclos de refecciones, así como a un género particular al que pertenece una determinada comida. También incluye modos de interacción social a través de la comida. La consumición alude a la forma en que come la gente, e incluye utensilios, mezclas creadas por la gente y el orden en el cual son consumidos los ítems. La limpieza también es importante en el modelo de las prácticas de la alimentación, e incluye la preparación post comida y consumición. Todos estos procedimientos están construidos socialmente. Involucran intercambios sociales y negociaciones de prácticas y significados.

Como he mencionado la psicología tiene su propia rama es la psiconutrición pues es la que estudia relación con la comida, pero esto la psiconutrición tiene que tener en cuenta nuestras emociones, conductas, así como un contexto social y relaciones.

## Conclusión

Podemos concluir tomando en cuenta la importancia de la psicología de la comida como se basan en métodos de investigación es centrados en regiones diferentes como lo son Norteamérica y Europa. Investigación también se basa en la preparación de los alimentos pues también tiene sus propias metodologías tal caso es una de las prácticas se ha llevado año tras año desde tiempos antiguos, siendo así algo realmente importante, varios autores tienen gran relevancia aportando sus teorías para que la investigación de la psicología de la comida esté presente. Todo es para que se tenga presente que la psicología estudia la comida de diferentes perspectivas y como es la psicología tiene su rama enfocada a la alimentación de las personas, en los que se puede tener trastornos alimentación, pues esta relacionad con nuestra conducta alimentaria.

Bibliografía

<https://www.centrojuliafarre.es/psiconutricion/>

Antología UDS