



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

NUTRICION

PSICOLOGIA DE LOS ALIMENTOS

PSICOLOGIA Y RETOS
NUTRICIONALES

TERCER CUATRIMESTRE

MANSENG PUI RAMIREZ

22 DE MAYO DEL 2020

se ocupa del estudio de ciertos fenómenos que suceden en condiciones normales, como en condiciones de patológicas.

Triada Biopsicosocial. { La calidad del vínculo entre el psiquismo, los factores sociales, emocionales y educativos, y la nutrición, son necesarios para el desarrollo saludable de cualquier persona.

Sistema socioeconómico existente en México y el Mundo. { Nos ha llevado a ser educados en un mundo consumista. { Provocando patologías y trastornos de la conducta alimentaria. { Si no se trabaja para minimizar los efectos de la cultura de la imagen, seguirá habiendo una necesidad de cambiar las disciplinas, tales como la nutrición y la salud mental.

El problema de la Obesidad { Un individuo que ha sido obeso desde su infancia nunca ha tenido una representación de su cuerpo delgado. { Cualquier cambio que ocurra no solo afectara en su peso, sino que tendrá consecuencias en su identidad.

Factores que influyen en la elección y preferencia de los alimentos. { Hambre, Fase de la vida, Individuo y grupo de la población { intervenciones orientadas a diferentes grupos de la población { El hambre y la saciedad { Nuestras necesidades fisiológicas constituyen los determinantes básicos de la elección de alimentos. { Palatabilidad { proporcional al placer que una persona experimenta cuando ingiere un alimento concreto. { Depende de las propiedades sensoriales del alimento, como sabor, aroma, textura y aspecto. { Aspectos sensoriales { el "sabor" es la suma de toda la estimulación sensorial que se produce al ingerir un alimento.

Determinantes económicos y físicos de la elección de alimentos { El hecho de que el coste sea prohibitivo o no depende fundamentalmente de los ingresos y del estatus socioeconómico de cada persona.

Determinantes sociales de la elección de { Influencia de la pertenencia a una clase social u otra { Una alimentación deficiente puede provocar tanto una nutrición insuficiente (deficiencia de micronutrientes) como un exceso de alimentación

{ Influencias culturales { Las influencias culturales conducen a diferencias en el consumo habitual de determinados alimentos y en las costumbres

Factores psicológicos { Estrés { Estado de animo

Nacimiento, lactancia y ablactación { el acto de comer está principalmente motivado por el hambre más que por el deseo de subsanar alguna preferencia innata { La percepción de los sabores de la leche al iniciar la lactancia es una de las experiencias sensoriales más tempranas a las que se expone un infante neonato, y una de las de mayor impacto

Los colores { Los niños desde el nacimiento son de hecho muy abiertos hacia el color de los alimentos, no teniendo reparos en experimentar con alimentos de colores inusuales e incongruentes

PSICOLOGIA Y RETOS NUTRICIONALES