

Nombre De Alumna: Chien Fan Denisse Liu Robles

**Nombre Del Profesor:** 

**Rodolfo Bataz** 

Nombre Del Trabajo: Supernotas

Materia: psicología y retos nutricionales



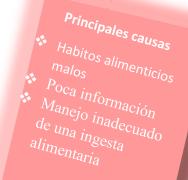
# C U p a vs pl la ce r

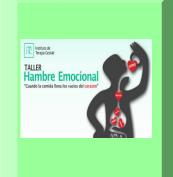
#### El sentimiento de culpa en la alimentación

La culpa es aquel sentimiento que experimentamos más cuando consumimos más de un alimento, no hay alimentos buenos ni malos ni tampoco alimentos permitidos o prohibidos se debe porque clasificamos un alimento como adecuado e inadecuado

Alimentos adecuados:
vegetales frutas pescado,
frutos secos

Alimentos inadecuados: (pastas, pizza, fritos, grasas)





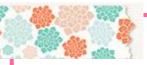
Consecuencias un limento prohibido ansiedad mal humor rigidez conflicto entre el placer y la culpabilidad.







## Roses sociales



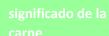
creencias de género afectan los hábitos de salud de hombres y mujeres, e impactan principalmente en los tipos de alimentos que cada persona elige comer

los hábitos alimenticios y los alimentos no saludables están asociados psicológicamente con la masculinidad, mientras que los hábitos alimenticios y los alimentos saludables están asociados psicológicamente con la feminidad



# tipos

La comida como identidad cultural la comida como identidad la comida como religiosa, la comida como religiosa, la comida poder social y la comida poder social y la comida como delimitación como delimitación simbólica entre cultura y simbólica entre cultura y hincapié en el significado de la carne.



muchas personas que desean evitarla sienten que tienen que rellenar el hueco que deja en su sistema habitual de comida







### Bibliografía

Universidad Del Sureste . Antologia De Psicologia Y Retos Nuticionales. 2020

https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/0e6506b5fdd2d89b264aef3c285ff76c.pdf