

Nombre de alumnos: Esmeralda Monserrat
Navarro Avendaño

Nombre del profesor: Rodolfo Bataz

Nombre del trabajo: Ensayo “El placer y
complacer a través de los alimentos”.

Materia: Psicología y Retos Nutricionales

Grado: 3 Cuatrimestre

El placer y complacer a través de los alimentos.

En este ensayo daremos a conocer la relación que tienen los alimentos con el amor y la sexualidad, por qué se dice que, a través de la elaboración de estos, por ejemplo, al cocinarlos y como nuestra actitud influye en este proceso, el hecho de compartirlos podemos demostrar lo que sentimos hacia otras personas. Comentaremos sobre si es posible que ciertos alimentos ayuden a la excitación, promueven la necesidad de tener relaciones sexuales, como es que lo realizan, que tipos de alimentos pueden ser, que neurotransmisor ayuda y es de gran importancia para proporcionarnos placer y como se llama.

El objetivo es dar a conocer a las personas como es que por medio de los alimentos podemos demostrar nuestro amor hacia otras personas y los placeres que nos pueden dar en ciertos momentos como a la hora de tener relaciones sexuales.

Con respecto a esto propongo a la comida no solo como una necesidad básica para la supervivencia del ser humano sino también tomarlo como precursor del placer y del complacer. Con esto me refiero al placer como sinónimo de la sexualidad con base al comportamiento adquirido a través de este. Al mismo tiempo el complacer se relaciona con el amor y el afecto que puedes transmitir a una persona. El amor y la comida tienen una poderosa relación, ya que demostrar el amor a través de la comida va más allá de compartir los alimentos, si no es una expresión de sentimientos y afectos hacia alguien más.

Decía (Robuchon,2015) "Cuando mi madre nos daba el pan repartía amor".

Concuerdo con este autor, ya que en los hogares son las mamàs las que dedican su tiempo en la cocina, para preparar los alimentos para su familia, lo hacen con tanto amor y cuidado, que procuran satisfacer los gustos y necesidades de todos los integrantes de la familia. Comer en familia es un placer, ya que puedes involucrar diversos comportamientos y emociones que se viven en el momento de estar juntos, compartir tiempo de calidad y crear vínculos mas cercanos y construyes memorias.

" Las recetas no funcionan a menos que utilices tu corazón". (Jones,2019).

al leer esta frase, llega a mi mente que, al utilizar una receta para hacer un platillo, no solo debes leerla y hacerla, si no que debes tener el gusto por hacerlo, sentir ganas de que ese platillo quedara rico, para que al final, si tú lo pruebas o lo compartes, tengan un sabor agradable y recuerdes ese momento como algo placentero.

Según (Adriá,2014). " La cocina es un lenguaje mediante el cual se puede expresar armonía, creatividad, felicidad, belleza, poesía, complejidad, magia, humor, provocación, cultura".

Una actividad importante en el hogar es el cocinar, sea hombre o mujer quien lo realice, a través de esto puede cuidar nuestra salud, debe transformar nuestros alimentos y aprovechar todos los beneficios de estos, al presentar el platillo puede quedar a su criterio y expresión como montarlo, y por medio de este nos expresa armonía, magia y provocara a nuestros sentidos, al probarlos algún placer.

Es importante saber que un alimento puede ayudarte a complacer mejor tu sexualidad, ya que estos ayudan a estimularte y a sentir una mejor sensación y experiencia antes y después de las relaciones sexuales. Pero realmente existen alimentos que puedan aumentar el deseo sexual en las personas.

Según declaraciones del doctor (Pérez,2015) "El deseo sexual requiere de concentración de hormonas y de neurotransmisores como la serotonina en buen funcionamiento, para que este se mantenga, no obstante, desde el punto de vista neurofisiológico, la respuesta es no".

Gracias a la declaración del doctor Joaquín comprendo que si hay alimentos que ayuden a la producción de neurotransmisores, principalmente la serotonina que se encarga de hacernos sentir placer, por eso se dice que ciertos alimentos como el chocolate, sandia, canela, mariscos ayudan al deseo sexual, mas no hacen que inmediatamente se nos venga a la mente tener relaciones sexuales, más bien ayudan a la serotonina que a la hora de hacerlo sintamos mayor placer.

Para finalizar mi texto, no me cabe más que recalcar que "el amor entra por la boca" puesto que una comida rica hace una convivencia especial con una o varias personas, y que, por lo consiguiente, el amor y/o atracción crece pese al hecho de solo recordar el momento de haber degustado dicho alimento, incluso con sentir su aroma. Respecto a la alimentación y sexualidad considero que ciertos alimentos pueden ayudar a la producción de más neurotransmisores como la dopamina y al momento de tener relaciones sexuales se sienta un mejor placer, resulta que comer algún alimento incluso nos hace recordar alguna experiencia vivida.

Bibliografía

Adriá F. (2014) la comida nos ayuda a expresar recuperado <https://www.mundifrases.com/frases-de/ferran-adria/#:~:text=Ning%C3%BAn%20personaje.&text=Ning%C3%BAn%20personaje.,-Todas%20las%20frases&text=%E2%80%9CSiempre%20habr%C3%A1%20los%20que%20te,los%20que%20no%20te%20entienden>

Jones D. (2019). El amor a la cocina recuperado <https://www.google.com/amp/s/www.pinterest.com.mx/amp/pin/341358846733716394/>

Pérez C. J. (2015) Que alimentos ayudan a la estimulación de la sexualidad recuperado <https://www.eluniversal.com.mx/articulo/menu/2017/02/13/5-alimentos-afrodisiacos?amp>

Robuchon J. (2015) La relación que tienen los alimentos con el amor recuperado <https://www.google.com/amp/s/www.pinterest.com.mx/amp/pin/341358846733716394/>