



Nombre de alumnos: Alejandra Villa Domínguez

Nombre del profesor: Rodolfo Bataz

Nombre del trabajo: cuadro sinóptico

Materia: Psicología y Retos Nutricionales

Grado: 3°

Grupo: LNU17EMC0119-A

Comitán de Domínguez Chiapas a 06 de mayo de 2020.

Bibliografía:

Universidad del sureste. (2020). Antología de psicología y restos nutricionales. Pdf. Recuperado de <http://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/315bdbc629958168a6e38f462c3484df.pdf>

La psicología social de la alimentación

psicología

Puede ser importante para diferentes sucesos

- Para mejorar la imagen corporal
- Para controlar la ingesta excesiva de comida en casos de sobrepeso

objetivo

Para que los individuos consigan realizar cambios en el estilo de vida

El psicólogo es una figura indispensable para el tratamiento correcto de las patologías

Dopamina

Neurotransmisor que participa en conductas placenteras

Motivos por el que no se adhieren un plan dietético

- Falta de motivación
- Objetivos poco realistas
- Estado animo bajo

Problemas anímicos que influyen en la ingesta alimentaria

- Estrés
- Depresión
- Problemas emocionales

Niveles bajos de serotonina

Se asocian a la depresión y a la obsesión

Función de la serotonina

Establece el equilibrio como la dopamina o la norepinefrina

Estos neurotransmisores se relacionan con la angustia, ansiedad o trastornos alimenticios