

Nombre de alumnos: Esmeralda Monserrat Navarro Avendaño

Nombre del profesor: Rodolfo Bataz

Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico “Influencias psicológicas en la elección de alimentos”

Materia: Psicología y Retos Nutricionales

Grado: 3 Cuatrimestre

4.2 Teoría de la acción razonada

- Desarrollado por Martin Fishbein e Icek Ajzen.
- Pretende predecir la conducta humana
- Explica la intención de una persona de realizar una conducta.
- Las actitudes son punto clave de la intención conductual.
- Influenciada por las creencias conductuales y la evaluación de consecuencias posibles.

Modelo general de las relaciones

- Actitudes
- Convicciones
- Presión social
- Intenciones
- Conducta

La intención de conducta de una persona es determinada por:

- Las consecuencias que se pueden derivar.
- La importancia que esas consecuencias, tengan para la persona.
- El comportamiento que esperan las demás personas significadas en su entorno.
- La importancia que las demás personas le den tu opinión.
- Evaluación de las oportunidades y facilidades.
- Percepción de autoeficacia para la ejecución de dicha conducta.

Influencias psicológicas en la elección de alimentos

4.3 Teoría de la conducta planeada: aplicaciones a la elección de alimentos

- Desarrollada en 1985
- Se basa en la teoría de la acción razonada.
- Agrega el control del comportamiento percibido.
- Ayuda a la predicción del comportamiento.
- Tiene variables: comportamiento, intención, actitud, norma subjetiva, control del comportamiento subjetivo.

Factores que explican la conducta

- Actitud hacia la conducta: expectativa al resultado, relacionándolo con el valor percibido.
- Norma subjetiva: que la persona se ajuste a las normas.
- Control conductual percibido: control interno, externos percibidos.

Aplicaciones de la teoría de la acción planeada

- Para conductas protectoras o de salud.
- Conductas de riesgo.
- Diferencia de las intenciones de metas e intenciones de implementación.

Bibliografía:

Universidad del sureste (2020) antología de Psicología y Retos Nutricionales.pdf pág. 78-87 recuperado <file:///C:/Users/Esm%20Navarro/Desktop/antologia%20Nutricion%203%20cuatri/psicologia.pdf>