



Nombre De Alumna:

Chien Fan Denisse Liu Robles

Nombre Del Profesor:

Rodolfo Bataz

Nombre Del Trabajo:

Cuadro Sinóptico

Materia:

Psicología y retos nutricionales

Grado:

3° Cuatrimestre

Grupo:

Nutricion

Comitán de Domínguez Chiapas a 05 de mayo de 2020.

Psicología social de la alimentación

estudia

Relación del comportamiento personal con alimentos

Abuso de alimentos reacciones de la persona

Mediante neurotransmisores

Dopamina

serotonina

norepinefrina

Variables psicológicas

Comer con el paladar es una conducta que tiene que ver con el placer

La dopamina

neurotransmisor participa en conductas

emociones-nutrición

Momentos de inestabilidad emocional

Estrés

ánimos que influyen en la ingesta alimentaria

Depresión

ingesta de alimentos de manera desproporcionada

Triptófano

Aminoácido libera serotonina

Salud mental

Trastornos de alimentación

anorexia

Están obsesionados la comida y por perder peso, aunque estén extremadamente delgados

Anorexia restrictiva

Anorexia purgativa

Bulimia

Ingestas masivas de alimentos de forma rápida y compulsiva

Experimentar una gran sensación de culpa y ansiedad que les lleva a purgarse

Vigorexia

Ponen en riesgo su salud por no encontrarse nunca lo suficientemente musculados

Realizan ejercicio físico excesivo llevando una dieta desequilibrada, rica en proteínas, y nula en grasas

Trastorno por atracón

comen en solitario, rápidamente y sin control.

grandes cantidades de comida hasta sentirse indigestos

Efectos psicologicos

Preferencia alimentaria

propiedades organolépticas

sabor, olor, aspecto

factores personales

Preferencia en disintos alimentos

comidas prohibidas

Comida chatarra comidas no sanas

situaciones negativas

aburrimiento o estrés

Bibliografía

Universidad del sureste. Antología de psicología y retos nutricionales.2020