



02 DE AGOSTO DEL 2021

**INFLUENCIAS PSICOLÓGICAS**  
PSICOLOGÍA Y RETOS NUTRICIONALES

JULISSA CÁRDENAS RODAS  
UNIVERSIDAD DEL SURESTE  
LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

## ACTITUD-COMPORTAMIENTO

La actitud se manifiesta a través de una serie de respuestas observables, que se han agrupado en tres grandes categorías:

COGNITIVAS

AFECTIVAS

CONATIVO-CONDUCTUALES

Fishbein y Ajzen, replican los planteamientos de Wicker:

Sólo se puede calcular con propiedad una correlación entre actitud y conducta, cuando ambas coinciden en los elementos que se seleccionan para su consideración.

La relación entre actitud y comportamiento se ve afectada por componentes como:

CREENCIAS

AFECTIVO DE LOS SENTIMIENTOS

INTENCIONES DE LOS INDIVIDUOS

### Teoría de la Disonancia Cognoscitiva

Es la relación entre las actitudes y comportamiento, siempre existe un nivel de incompatibilidad entre ellos ya que los individuos por el hecho de estar en una organización no significa que se desprendan de sus normas, actitudes y personalidad, sin embargo como resulta incómodo no actuar en consecuencia las personas tratan de disminuir siempre esta disonancia.

## INFLUENCIAS PSICOLÓGICAS

### TEORÍA DE LA ACCIÓN RAZONADA

Es un modelo general de las relaciones entre actitudes, convicciones, presión social, intenciones y conducta. Fue desarrollado por:

MARTIN FISHBEIN

ICEK AJZEN

Lo que pretende esta teoría, es predecir la

CONDUCTA HUMANA

Según este modelo la intención de conducta de una persona está determinado por:

Las consecuencias que se pueden derivar se su conducta, así como la probabilidad de las mismas.

La importancia que esas consecuencias tengan para la persona.

El comportamiento que esperan de él las personas significativas de su entorno.

La importancia que la persona da a la opinión que tienen las otras personas.

Evaluación de las oportunidades, facilidades, etc. externas para la ejecución de la conducta.

Percepción de autoeficacia para la ejecución de dicha conducta.

## TEORÍA DE LA CONDUCTA PLANEADA

Fue desarrollada en 1985, basándose en la Teoría de la Acción Razonada. Esta teoría contiene cinco variables, las cuales son las siguientes:

COMPORTAMIENTO

INTENCIÓN

ACTITUD

NORMA SUBJETIVA

CONTROL DE COMPORTAMIENTO

Se requiere a las percepciones de una persona sobre la presencia o ausencia de recursos y oportunidades requeridos.

### APLICACIONES DE LA TEORÍA

Intención y práctica efectiva de actividad física por parte de niños

Intención y consumo de frutas y vegetales en adolescentes

Intención de practicar ejercicio físico en personas con enfermedades crónicas, uso de oportunidades para la detección de cáncer de mama y cuello de útero