



**Nombre del alumno:** Silvia Itzel Calderón Pulido

**Nombre del profesor:** Rodolfo Bataz Morales

**Nombre del trabajo:** Cuadro Sinóptico

**Materia:** Psicología y Retos Nutricionales

**Grado:** Tercer cuatrimestre

**Grupo:** A

Comitán de Domínguez Chiapas a 30 de Julio del 2021

# INFLUENCIAS PSICOLOGICAS EN LA ELECCION DE ALIMENTOS:

## 4.1. La relación actitud-comportamiento:

- Cognitivas
- Afectivas
- Conativo-conductuales

## 4.2. 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 e Icek Ajzen (1975, 1980).
- La teoría de la acción razonada es un modelo general de las relaciones entre actitudes, convicciones, presión social, intenciones y conducta.

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

- Fue desarrollada en 1985, basándose en la Teoría de la Acción Razonada.
- Contiene cinco variables donde se incluye el comportamiento, la intención, actitud, norma subjetiva y control del comportamiento percibido.
- Agrega el control del comportamiento percibido

## Determinantes biológicos de la elección de alimentos:

- El hambre y la saciedad
- Palatabilidad
- Aspectos sensoriales

## ¿Cómo influyen los factores psicológicos en la alimentación?

- Influyen en el consumo de alimentos
- El deseo de comer excesivo se relaciona con la dependencia de los alimentos
- Estrés y ansiedad

## ¿Qué factores sociales y psicológicos influyen en la elección de las dietas?

- La publicidad
- La presión de los amigos.
- El modo de vivir y la edad.

Bibliografía:

UDS.2021.Psicología y retos nutricionales. Utilizado el 30 de julio del 2021.PDF

[URL:https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/730f9fba6cbe6517c5fc3628db50502b-LC-LNU301.pdf](https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/730f9fba6cbe6517c5fc3628db50502b-LC-LNU301.pdf)