



LIC. EN NUTRICIÓN ANTONIO CABRERA RAMIREZ
UDS
MAPA CONCEPTUAL
PSICOLOGÍA Y RETOS NUTRICIONALES

UNIDAD I

1.1. La psicología social de la alimentación

importante para mejorar la adherencia a una dieta

mejorar la imagen corporal o para controlar la ingesta excesiva de comida en casos de sobrepeso

la obesidad

trastornos de alimentación

no comen en función a sus necesidades nutricionales

salud mental y la alimentación

I.2. Métodos de investigación en psicología social

Método experimental

objetivo medir el grado de relación que existe entre dos o más conceptos

Método observacional

se basa en la capacidad de **percepción y de decisión del ser humano**

La fiabilidad del método observacional

- Como técnica de recogida de datos .
- Como método observacional
- Se define el método observacional como una modalidad del método científico

I.3. Modelos generales de factores que influyen en la elección y preferencia de alimentos.

El principal factor impulsor de la alimentación es el hambre

Determinantes biológicos como el hambre, el apetito y el sentido del gusto

Determinantes económicos como el coste, los ingresos y la disponibilidad en el mercado

Determinantes sociales como la cultura, la familia, los compañeros de trabajo y los patrones de alimentación

Influencias culturales

El hambre y la saciedad

Palatabilidad