

Cuadro sinóptico

Nombre del Alumno: Alejandra Pérez Gómez

Nombre del tema: Elecciones de alimentos

Parcial: 3

Nombre de la Materia: Psicología y retos nutricionales

Nombre del profesor: LNU. Julibeth Martínez Guillen

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: Tercero

Fecha: 9 de julio del 2022

Elecciones de alimentos

Influencias sensoriales en la elección de alimentos: Experiencia vs preferencias innatas.

- Análisis sensorial: Disciplina útil para conocer las propiedades organolépticas de los alimentos.

- Análisis sensorial de alimentos: Instrumento eficaz para el control de calidad y aceptabilidad de un alimento.

- Evaluación sensorial: Innata en el hombre ya que desde el momento que se prueba el producto se hace un juicio acerca de él.

- Gustos
- disgustos
- sabor
- textura
- olor.

Influencias fisiológicas en la elección de alimentos.

- Estas necesidades constituyen los determinantes básicos en la elección de los alimentos.

- Sensaciones de hambre y saciedad

- Resultado de los procesos fisiológicos complejos.
- Respuesta a señales específicas y aparece la sensación de hambre y la necesidad de comer.

Aproximaciones psicobiológicas y sociopsicológicas hacia la elección de alimentos.

- El hambre es un estado que sigue a la privación de alimentos y refleja una motivación a comer.

El estudio del hambre y de la saciedad es fundamental para comprender la elección de la comida, y se relaciona de manera implícita tanto en el enfoque evolutivo como en el cognitivo-social de la comida que describimos.



Elecciones de alimentos

Psicofármacos y sustancias neuroquímicas

- Elección de la dieta constituye un medio para comprender la base neuroquímica del hambre y la saciedad.

- Lúdicos ingestión de alimentos.
- Antipsicóticos: Personas que padecen psicosis (esquizofrenia).
- Antidepresivos: Amitriptilina produce un efecto sobre el hambre en alimentos dulces.

- Analgésicos: se utilizan para aliviar dolor y influye en el hambre y saciedad.



Referencias:

Universidad del Sureste 2022. Antología de psicología y retos nutricionales. Unidad 3. Páginas 62-70. Recuperado el 9 de Julio de 2022.