



Nombre del Alumno: Montero Gómez María Fernanda

Nombre del tema: Elección de alimentos

Parcial: 3ero

Nombre de la Materia: Psicología y retos nutricionales

Nombre del profesor: Martínez Guillén Julibeth

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: 3ero

Elección de alimentos

Influencia sensoriales en la elección de los alimentos:
Experiencia vs preferencias innatas

Es una disciplina muy útil para conocer las propiedades organolépticas de los alimentos

La evaluación sensorial es innata en el hombre ya que desde el momento que se prueba algún producto, se hace un juicio acerca de él

El análisis sensorial se realiza a través de los sentidos.

La relación de la comida es el resultado de un complicado conjunto de procesos caracterizados de muy diversas maneras.

Influencias fisiológicas en la elección de alimentos

Hay una amplia bibliografía que ilustra la adquisición de aversiones alimentarias tras padecer consecuencias gastrointestinales negativas.

García

Hanksn

Rusianiak

La aversión a los mariscos puede desencadenarse tras un caso de molestias estomacales después de tomar mejillones.

Las sensaciones de hambre y saciedad son el resultado de procesos fisiológicos complejos.

Palatabilidad

Es proporcional al placer que experimentamos al comer un alimento específico. Esta cualidad depende de las propiedades organolépticas del alimento como, por ejemplo, su sabor.

Aproximaciones psicobiológicas y sociopsicologicas hacia la elección de alimentos

La perspectiva psicofisiológica se centra en el hambre y la saciedad, por lo general, se considera que el hambre es un estado que sigue a la privación de alimentos y refleja una motivación o impulso para comer.

La función de los químicos

La comida puede reducir el hambre, pero también tiene varias propiedades sensoriales que influyen sobre la elección de alimentos.

Psicofármacos y sustancias neuroquímicas

El estudio de la influencia de los fármacos en la elección de la dieta constituye un medio para comprender la base neuroquímica del hambre y la saciedad

Lúdicos

Antipsicóticos

Antidepresivos

Analgésicos

Supresores del apetito

Bibliografía

- Antología (UDS) Comitán Chiapas 2022