



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Montero Gómez María Fernanda

Nombre del tema: Significados de la nutrición

Parcial: 2do

Nombre de la Materia: Psicología y retos nutricionales

Nombre del profesor: Martínez Guillén Julibeth

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: 3ero

Significados de la nutrición

Roles emocionales

Sabemos que

Nuestras emociones tienen un efecto poderoso

Sobre

Elección de alimentos

Hábitos de alimentación

Se sabe que

Lo que comemos no solo afecta a cómo nos sentimos

Sino también

Como nos sentimos también afecta a nuestra manera de comer

El factor emocional más frecuente en las personas sedentarias

Es

La desinhibición en la comida y los antojos

Conflicto y alimentación

Se conoce

Que surgen expertos en alimentación y dietética por todos los lados

Sin embargo

Esta saturación ayuda a la desinformación

Por ello

Recibimos un bombardeo de información

Acerca

De qué alimento es saludable y cuál no

Controversia

Extremismos

Conflicto de interés: de rigor científico vs industria

Comer vs negación

Las conductas de negación y rechazo de la ingesta no son los trastornos más abundantes

Por otro lado

Las decisiones a tomar difieren mucho

Dependiendo

Del paciente

Patología

Momento evolutivo de ésta

Familia

Equipo cuidador

Centro sanitario

País

Se implementa

La patología somática

Culpa vs placer

Se sabe que

La culpa es aquel sentimiento que experimentamos cuando hemos hecho, dicho o incluso pensado algo.

Es decir

Cuando tenemos el sentimiento de culpa ocurren diversas conductas

Por ejemplo

Nos sentimos mal

Nos arrepentimos de lo que hemos hecho

Nos "torturamos"

En la alimentación, no hay alimentos buenos ni malos ni tampoco alimentos permitidos o prohibidos

Comida y autocontrol

Si bien

La comida representa también el autocontrol o pérdida de control.

El ayuno y la negación a comer

Provocan

Reacción de asombro

En resumen, la comida comunica aspectos del yo en relación con la sexualidad, los conflictos entre la culpabilidad y el placer, el comer y la negación y es una declaración de autocontrol.

Bibliografía

- Antología (UDS) 2022 Comitán Chiapas