



Súper nota

Nombre del Alumno: Carla Karina Calvo Ortega

Nombre del tema: Significados de la nutrición

Parcial: 2

Nombre de la Materia: Psicología y retos nutricionales

Nombre del profesor: LNU. Julibeth Martínez Guillen

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: Tercero

Fecha: 10 de junio del 2022

SIGNIFICADOS DE LA NUTRICION

abarca

Roles emocionales

según

Cooper y otros

en

1998

citan que hay

Dificultad en regulación

de

Estados de animo negativo

influyen en

Aparición y mantenimiento

de

Trastornos de conducta alimentaria

se refiere

Gestión de emociones

teniendo en cuenta

Circunstancias y estado emocional

emociones con

Incidencia negativa

son

Culpa y vergüenza

Conflicto y alimentación

problemática

Desinformación

surge por

Exceso de información

sobre

Dietas/Alimentos

principales conflictos

- Controversia científica
- Conflicto de interés
- Extremismos

Comer vs negación

la

Comida

es un

Debate para muchos

por qué provoca

Conflictos intrapersonales

más en

Mujeres

Negación

conduce a

Rechazo a la ingesta

provoca

Angustia

en

Profesionales, familiares y pacientes

se divide

Causas psiquiátricas

se debe a

Trastornos

- Personalidad
- Psicóticos
- Afectivos
- Ansiedad
- Mentales orgánicos

Causas somáticas

dificultades

Ingesta

- Neurológicos
- Mecánicos
- Neoplasias

Culpa vs placer

la

Culpa

sentimiento

Emociones displacenteras

como

- Tristeza
- Angustia
- Frustración
- Impotencia

factores

- Autoestima
- Autoconfianza
- Perfeccionismo
- Regulacion emocional
- Experiencias previas

el

Placer

es

Sensación

de

Goce y satisfacción

al hacer

Cosas que nos agradan

nuestro organismo

Libera hormonas

como

- Serotonina
- Adrenalina
- Noradrenalina
- Dopamina
- Oxitocina

Comida y autocontrol

la

Comida

representa

Autocontrol o pérdida de control

pueden

Controlarse

fortaleciendo

Fuerza de voluntad

mediante

- Monitoreo de comportamiento
- Hábitos saludables
- Practicar todos los días
- Control de ambiente
- Alcanzar el balance

Referencias:

Universidad del Sureste. (2022). Antología de psicología y retos nutricionales. [PDF]. Recuperado <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/730f9fba6cbe6517c5fc3628db50502b-LC-LNU301.pdf>