



**Nombre de alumno:** Montserrat Hernández Regalado

**Nombre del profesor:** Julibeth Martínez Guillen

**Nombre del trabajo:** Cuadro Sinoptico

**Materia:** Psicología y retos nutricionales

**Grado:** Tercero

**Grupo:** LNU17EMC0121-A

Comitán de Domínguez Chiapas a 09 de julio de 2022

# Elección de alimentos

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

El análisis sensorial es una disciplina muy útil para conocer las propiedades organolépticas de los alimentos, así como de productos de la industria farmacéutica, cosméticos, etc., por medio de los sentidos.

La relación de la comida es el resultado de un complicado conjunto de procesos caracterizados de muy diversas maneras. Las investigaciones dicen que la elección de la comida estaba incluida por factores físicos, factores sociales y factores psicológicos.

Influencias fisiológicas en la elección de alimentos

Las sensaciones de hambre y saciedad son el resultado de procesos fisiológicos complejos. Como respuesta a señales específicas (por ejemplo, la disminución de la cantidad de nutrientes en la sangre o sensación de vacío en el estómago)

La palatabilidad (valor hedónico de los alimentos) es proporcional al placer que experimentamos al comer un alimento específico.

Aproximaciones psicobiológicas y sociopsicológicas hacia la elección de alimentos

Lúdicos: adjetivo que designa todo aquello relativo, recreación, ocio, entretenimiento.

Antipsicóticos: los estudios sobre estos fármacos muestran que provocan un aumento significativo de peso

Antidepresivos: producen un pequeño incremento del hambre y aumento de peso

Analgésicos: son fármacos que se utilizan para aliviar el dolor y se ha demostrado que influye en el hambre y la saciedad

## FUENTES DE CONSULTA:

*LIBRO.* (n.d.). <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/730f9fba6cbe6517c5fc3628db50502b-LC-LNU301.pdf>