



**Mi Universidad**

## **Cuadro Sinóptico**

*Nombre del Alumno: Gpe Elizabeth Hidalgo Ruiz*

*Nombre del tema: Elección de alimentos*

*Parcial: 3*

*Nombre de la Materia: Psicología y retos nutricionales*

*Nombre del profesor: Julibeth Martinez Guillen*

*Nombre de la Licenciatura: Nutrición*

*Cuatrimestre: 3er cuatrimestre*

# Elección de alimentos

Influencias sensoriales en la elección de alimentos

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

Es un instrumento eficaz para el control de calidad y aceptabilidad de un alimento, ya que cuando ese alimento se quiere comercializar, debe cumplir los requisitos mínimos

Higiene  
Inocuidad  
Calidad del producto

La herramienta básica o principal para llevar a cabo el análisis sensorial son las personas, en lugar de utilizar una máquina, el instrumento de medición es el ser humano, ya que el ser humano es un ser sensible, sensible

Influencias fisiológicas en la elección de alimentos

Consejo Europeo de Información sobre la Alimentación (Eufic)

Dice que existe una gran variedad de factores que influyen en la elección de los alimentos

Las características biológicas determinan la selección de ciertos alimentos y el papel del apetito, la palatabilidad y el gusto

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

El equilibrio entre el hambre, que estimula el apetito, y el consumo de alimentos, que satisface el apetito y produce la saciedad, está controlado por el sistema nervioso central

Aproximaciones psicobiológicas y sociopsicológicas hacia la elección de alimentos

Este enfoque examina las interacciones entre las cogniciones, la conducta y la fisiología del individuo, y se considera en la relación con el efecto de los sentidos en la elección de la dieta

El impacto de los psicofármacos y de sustancias neuroquímicas sobre el hambre y la saciedad, el efecto de la comida sobre las cogniciones y la conducta y la relación entre el estrés y la ingesta de alimentos

Función de los químicos

Aspecto externo de los alimentos  
Olor  
Sabor

Psicofármacos y sustancias neuroquímicas

Lucidos  
Antipsicóticos  
Antidepresivos  
Analgésicos  
Supresores del apetito

## Referencias Bibliograficas

Antología

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LNU/730f9fba6cbe6517c5fc3628db50502b-LC-LNU301.pdf>