



**Nombre de alumno: Tayli Jamileth  
Cifuentes Pérez**

**Nombre del profesor: Julibeth  
Martines Guillen**

**Nombre del trabajo: Cuadro  
sinóptico**

**Materia: Psicología y retos  
nutricionales**

**Grado: 3ro. cuatrimestre**

**Grupo: Nutrición**

INFLUENCIAS  
SENSORIALES  
EN LA ELECCIÓN  
DE ALIMENTOS:  
EXPERIENCIA VS  
PREFERENCIAS  
INNATAS

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 evaluación sensorial es innata en el hombre ya que desde el momento que se prueba algún producto, se hace un juicio acerca de él, si le gusta o disgusta, y describe y reconoce sus características de sabor, olor, textura, etc.

El análisis sensorial se realiza a través de los sentidos

El análisis sensorial de los alimentos

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 de higiene, inocuidad y calidad del producto.

La herramienta básica o principal para llevar a cabo el análisis sensorial son las personas

Llevar a cabo el análisis sensorial

Es necesario que se den las condiciones adecuadas (tiempo, espacio, entorno) para que éstas no influyan de forma negativa en los resultados

Se realiza con el fin de encontrar la fórmula adecuada que le agrade al consumidor

Buscando también la calidad e higiene del alimento para que tenga éxito en el mercado.

INFLUENCIAS  
FISIOLÓGICAS  
EN LA ELECCIÓN  
DE ALIMENTOS

Algunos estudios han examinado también la relación entre los alimentos y las respuestas fisiológicas a la ingesta de comida

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

Eufic

Las necesidades fisiológicas constituyen los determinantes básicos de la elección que hacemos de los alimentos

Responderá ante las sensaciones de hambre y saciedad (satisfacción del apetito y ausencia de sensación de hambre entre dos ingestiones de alimentos)

Palatabilidad

Es proporcional al placer que experimentamos al comer un alimento específico

depende de las propiedades organolépticas del alimento como, por ejemplo, su sabor

Varios estudios han investigado la influencia de la palatabilidad en el apetito y el consumo de alimentos en el hombre conlleva un incremento en el consumo de alimentos

APROXIMACIONES  
PSICBIOLÓGICAS Y  
SOCIOPSIKOLÓGICAS  
HACIA LA ELECCIÓN  
DE ALIMENTOS

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

Un estado más consciente que refleja el un sentimiento o deseo de ingerir alimento

función de  
los químicos

Primer lugar

Estos presentan un aspecto externo, y la investigación demuestra que el grado de iluminación utilizado para exponerlos y un mal aspecto

segundo lugar

alimentos tienen un olor que pueden influir en su selección

Tercero lugar

La comida tiene un sabor

Psicofármacos y  
sustancias  
neuroquímicas

Los fármacos en la elección de la dieta constituyen un medio para comprender la base neuroquímica del hambre y la saciedad

Los efectos de los fármacos sobre el hambre pueden considerarse de acuerdo con sus clasificaciones clínicas: lúdicos, antipsicóticos, antidepresivos, analgésicos y supresores del apetito.

Lúdicos

La nicotina reduce la ingestión de la comida en animales, y hay estudios que señalan que este efecto es mayor con alimentos

Antipsicóticos

Se administran a las personas que padecen alguna forma de psicosis, es especial esquizofrenia o trastorno bipolar

Antidepresivo

conociendo como inhibidores selectivos de la Reabsorción de Serotonina antidepresivos no producen un incremento del peso ni un mayor deseo de alimentos dulces, e incluso, pueden ocasionar la pérdida de peso

Analgésicos

Son fármacos que se utilizan para aliviar el dolor y se ha demostrado que influyen en el hambre y la saciedad

Supresores  
del apetito

Específicamente por su capacidad de reducir el apetito

Se ha demostrado que la fenfluoramina y la dexfenfluoramina producen un fuerte efecto depresor sobre el hambre y reducen la ingesta de alimento

## BIBLIOGRAFÍA

Universidad del sureste, antología de psicología y retos nutricionales, recuperado el 07 de julio del 2022, paginas 62-70

[730f9fba6cbe6517c5fc3628db50502b-LC-LNU301.pdf \(plataformaeducativauds.com.mx\)](https://plataformaeducativauds.com.mx/730f9fba6cbe6517c5fc3628db50502b-LC-LNU301.pdf)