



Nombre. Andrea Altuzar Villatoro

Grado. 3

Grupo. A

Número de lista. 1

Actividad. Primera unidad

Tema. Psicología social e los alimentos

Fecha. 16 de mayo 2022

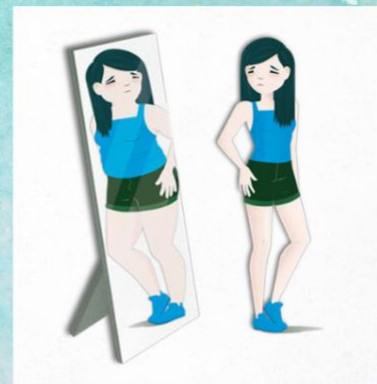
Psicología social de los alimentos

Psiconutrición:
Estudia nuestra relación
con la comida.



Toma en cuenta nuestras
emociones, conductas, así
como nuestro contexto social
y relaciones.

Trata de dar respuestas a
los trastornos de la
alimentación.



Comer en exceso puede
provocar problemas a la
salud y alteraciones de la
conducta alimentaria.

???
tCA

Anorexia nerviosa

- pérdida de peso involuntaria.
- miedo a ganar peso.
- Alteración de su imagen corporal.



Anorexia pura

- rechazo a los alimentos.
- no hacen ejercicio por miedo a ganar masa muscular.
- evitan actividades sociales.

Acompañada de AF

- rechazo a los alimentos.
- aprovecha cualquier momento para hacer ejercicio.

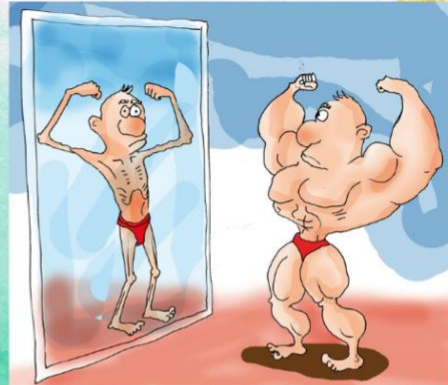


purgante

- rechazo a alimentos.
- uso de fármacos como diuréticos y laxantes.

vigorexia

- realiza ejercicio de forma excesiva.
- consumo de anabólicos y esteroides.
- desproporción del cuerpo.



ortorexia

- obsesión por comida sana.
- suele presentarse en personas obsesivo compulsivas.
- puede provocar deficiencias nutricionales.



Bulimia nerviosa

- conductas alimentarias poco saludables (comer mucho o poco).
- sentimiento de arrepentimiento.
- tratar de expulsar el exceso de alimento.



Transtorno por atracón

- adicción por comer más de lo normal.
- sensación de no poder dejar de comer.
- los periodos de atracón pueden durar hasta 4 horas.

Bibliografía

Universidad del sureste, Uds. Antología de psicología y retos nutricionales. Unidad 1. Recuperado el 16 de mayo del 2022.

Julia Farre. Centro de psiconutrición. Página web <https://www.centrojuliafarre.es/psiconutricion/>. Recuperado el 16 de mayo del 2022.