

Nombre de la Presentación: Cuadro sinóptico

Nombre del Alumno: Jenifer Elizabeth Velasco Hidalgo

Nombre del tema: Elecciones de alimentos

Parcial: 3

Nombre de la Materia: Psicología y retos nutricionales

Nombre del profesor: Julibeth Martínez Guillén

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: 3°



Lugar y Fecha: Comitán de Domínguez, Chiapas a 5 de julio de 2022

Elecciones de alimentos

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

- Análisis sensorial
- Evaluación sensorial

Disciplina 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 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.

Análisis sensorial de los alimentos

Es un instrumento eficaz para el control de calidad y aceptabilidad de un alimento

Influencias fisiológicas en la elección de alimentos

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

Sensaciones de hambre y saciedad

Son el resultado de procesos fisiológicos complejos. Como respuesta a señales específicas, aparece la sensación de hambre y surge la necesidad de comer

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

Palatabilidad

Es proporcional al placer que experimentamos al comer un alimento específico. Esta cualidad depende de las propiedades organolépticas del alimento.

Aproximaciones psicobiológicas y sociopsicologicas hacia la elección de alimentos

El hambre es un estado que sigue a la privación de alimentos y refleja una motivación o impulso para comer

La saciedad es la motivación para dejar de comer, y el sentimiento consciente de que se ha consumido suficiente alimento

Psicofármacos y sustancias neuroquímicas

- ☺ Lúdicos: influyen en la ingestión de los alimentos
- ☺ Antipsicóticos: se administran a las personas que padecen alguna forma de psicosis, es especial esquizofrenia o trastorno bipolar
- ☺ Antidepresivos: la amitriptilina produce un pequeño efecto sobre el hambre y está asociada con el ansia por alimentos dulces y con el aumento de peso
- ☺ Analgésicos: se utilizan para aliviar el dolor y se ha demostrado que influyen en el hambre y la saciedad
- ☺ Supresores del apetito: Se comercializan específicamente por su capacidad de reducir el apetito.

Ejemplos

- Fenfluoramina
- Dexfenfluoramina
- Triptófano
- Subutramina

Bibliografía

Universidad del Sureste, 2022. Antología de psicología y retos nutricionales. PDF. Recuperado el 5 de julio de 2022

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