

PSICOLOGIA Y RETOS NUTRICIONALES

**Nombre del alumno :Luis
Rodrigo Cancino Castellanos**



profesora: Martínez Guillen Julibeth

ACTIVIDAD: SUPERNOTA

3 CUATRIMESTRE



References

(Psiconutrición: te ayudaré a hacer las paces con la comida y contigo mismo, 2017)

Psiconutrición: te ayudaré a hacer las paces con la comida y contigo mismo. (2017, May 14). Dietistas nutricionistas en Barcelona | Centro Júlia Farré.

<https://www.centrojuliafarre.es/psiconutricion/>

(Sureste et al., n.d.)

Sureste, D., Nutricionales, R., & Cuatrimestre, T. (n.d.). Com.Mx. Retrieved May 19, 2023, from

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

(n.d.)

(N.d.). Org.Mx. Retrieved May 19, 2023, from

[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322014000100006#:~:text=Los%20principales%20factores%20que%20influy)

[48322014000100006#:~:text=Los%20principales%20factores%20que%20influy](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322014000100006#:~:text=Los%20principales%20factores%20que%20influy)
[en,religi%C3%B3n%20la%20familia%20sus%20pares](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-48322014000100006#:~:text=Los%20principales%20factores%20que%20influy)

PSICOLOGIA Y RETOS NUTRICIONALES

La psicología social de la alimentación

es la ciencia que estudia nuestra relación con la comida. Para poder explicar y abordar dicha relación, la Psicología de la Nutrición tiene en cuenta nuestras emociones, conductas, así como nuestro contexto social y relaciones



Métodos de investigación en psicología social

Existen tres tipos de métodos en psicología social, los cuales son: el método experimental, método correlacional y método observacional.

experimental: método especialmente dotado para encontrar y confirmar vínculos causales entre variables en condiciones especificadas en forma estricta

correlacional: Tiene como objetivo medir el grado de relación que existe entre dos o más conceptos o variables, en un contexto en particular.

observacional: La observación se basa en la capacidad de percepción y de decisión del ser humano.



Modelos generales de factores que influyen en la elección y preferencia de alimentos.

Los principales factores que influyen en la elección de un alimento son: 1) biológicos, tales como, el hambre, el apetito y el gusto; 2) económicos que refieren el costo, los ingresos y la accesibilidad a los diferentes tipos de alimentos; 3) factores sociales, tales como, la cultura, la religión y la familia 4) factores psicologicos como el estado de ánimo, el estrés y la culpa



En la nutrición no solo abarcamos temas de alimentación también vemos los aspectos psicológicos y sus derivaciones hacia la nutrición

