

# Psicología y retos nutricionales

## Súper nota unidad 1

Nombre: Miguel Ángel Espinosa Sandoval  
Maestra: Julibeth Martínez Guillen



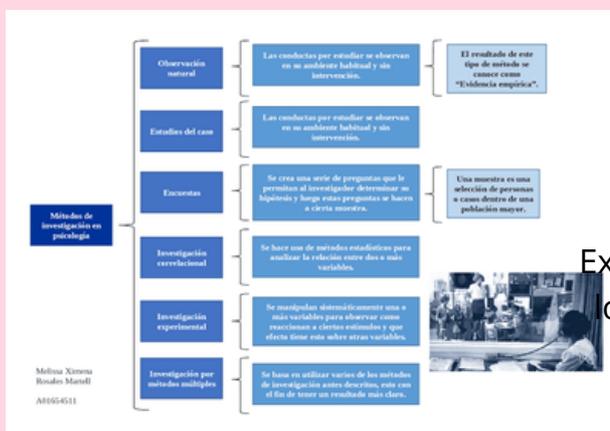
# La psicóloga social de los alimentos

Las variables psicológicas y emocionales son muy importantes para tener éxito en la dieta, ya que para muchas personas no es un camino fácil. Por otro lado, hay que entender el comportamiento humano y saber que cuando estamos ansiosos o tenemos problemas emocionales,



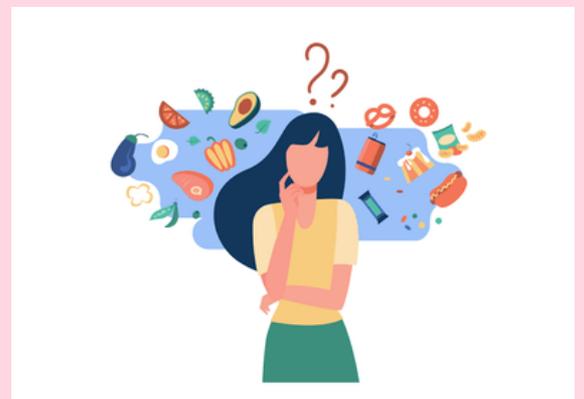
## Métodos de investigación en psicología social

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



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

Nuestras necesidades fisiológicas constituyen los determinantes básicos de la elección de alimentos. Los seres humanos necesitan energía y nutrientes a fin de sobrevivir y responden a las sensaciones de hambre y de saciedad (satisfacción del apetito, estado de ausencia de hambre entre dos ocasiones de ingesta).



# **Bibliografia**

**Antologia UDS**