



**Nombre de alumno:** Alexa Gabriela Morales Coutiño

**Nombre del profesor:** Julibeth Martínez Guillén

**Nombre del trabajo:** Cuadro sinóptico

**Materia:** Psicología y retos nutricionales

**Grado:** 3 er Cuatrimestre

**Grupo:** LNU-3

Comitán de Domínguez, Chiapas a 08 de julio de 2023.

# Elección de alimentos

## Influencias sensoriales en la elección de alimentos: Experiencia vs preferencias innatas

- Análisis sensorial
  - Es una disciplina muy útil para conocer las propiedades organolépticas de los alimentos
  - A través de los sentidos, importante que los sentidos se encuentren bien desarrollados
  - Instrumento eficaz para el control de la calidad aceptabilidad de un alimento, para comercializar un alimentos
- Se realiza
- Sirve como

## Factores

- Externos: Tipos de alimentos, contexto social y cultural
- Internos: Personalidad, factores sensoriales, cogniciones, etc.

## Influencias fisiológicas en la elección de alimentos

- Variedad de factores que influyen en la elección de los alimentos
- Características biológicas**
- Selección de ciertos alimentos, el papel del apetito, la palatabilidad y el gusto

## Necesidades

- Energía y nutrientes, por lo tanto responderá a ante las sensaciones de hambre y saciedad
- Palatabilidad: Proporcional al placer que experimentamos al comer un alimento específico (propiedades organolépticas)

## Aproximaciones psicobiológicas y socio psicológicas hacia la elección de alimentos

- La perspectiva psicofisiológica se centra en el hambre y la saciedad
- Relacio-
- Función de los químicos:** La comida puede reducir el hambre,
- Psicofármacos y sustancias neuroquímicas:** Clasificaciones

- Lúdicos:** La nicotina reduce la ingestión de comida en animales, hay estudios que señalan que le efecto en el humano es peor. Anfetaminas, con un impacto supresor espectacular, como en el hambre subjetiva y la ingesta
- Antipsicóticos:** Se administran a personas de alguna forma padecen psicosis, esquizofrenia y trastorno bipolar
- Antidepresivos:** Estudios demostraron que la amitriptilina produce un efecto pequeño sobre el hambre y está asociada con el ansia por alimentos dulces y con el aumento de peso
- Analgésicos:** Fármacos que se utilizan para aliviar el dolor e influyen en el hambre y saciedad
- Supresores de apetito:** Capacidad de reducir el apetito, a fenfloramina y la dexfenfloramina producen un fuerte efecto depresor sobre el hambre y reducen la ingesta de alimento. Son importantes para la psicofisiológica del hambre y saciedad, conocidos como "bisturios fármacos", destaca el papel de neurotransmisor