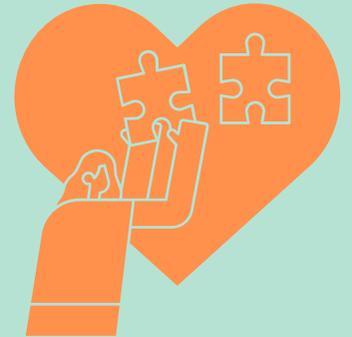


ACTIVIDAD 1, MAPA CONCEPTUAL



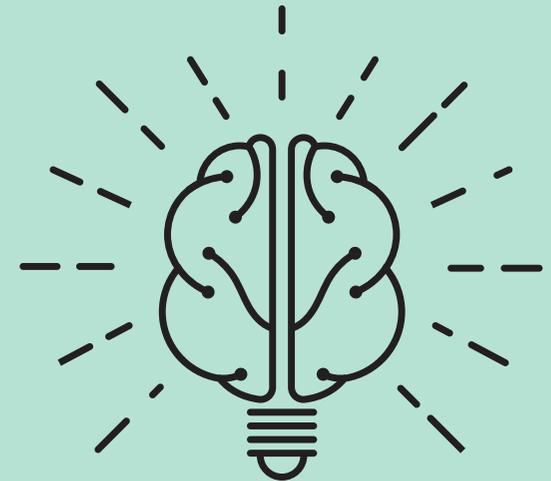
"SIGNIFICADOS DE LA NUTRICION"

ASIGNATURA: PSICOLOGIA Y
RETOS NUTRICIONALES



PROFESORA: JUBILETH MARTINEZ GUILLEN

ALUMNA: JAZMIN BERNABE GALICIA



3ER. CUATRIMESTRE

10/06/23

ROLES EMOCIONALES

EMOCIONES

tienen un efecto sobre nuestra elección de alimentos y sobre los hábitos de alimentación

La emoción y alimentación tiene que estar basado en comer justamente lo que necesitamos

el vínculo emoción-alimentación es más fuerte en las personas obesas que en las no obesas

Conflicto y alimentación

- CONFLICTO DE INTERES
- CONTROVERSIA
- EXTREMISMOS

Comer vs negación

la comida comunica y encarna conflictos entre la conducta de comer y negación

Comer vs negación

Las causas suelen ser psiquiátricas o por causas somáticas



Culpa vs placer

culpa:
sentimiento que experimentamos cuando bajo nuestro juicio, no es adecuado

Comida y autocontrol

La comida representa también el autocontrol o pérdida de control.

Monitorea tu comportamiento

crea hábitos saludables

practica todos los días

BIBLIOGRAFIA:
UNIVERSIDAD DEL SURESTE.2023.LIBRO DE PSICOLOGIA Y RETOS
NUTRICIONALES.PDF