



Mi Universidad

Mapa conceptual

Nombre del Alumno Otoniel Yajaciel Mendez Hernandez

Nombre del tema Alimentos Afrodisiacos

Parcial 2

Nombre de la Materia Psicología Y Retos Nutricionales

Nombre del profesor Julibeht Martinez Guillen

Nombre de la Licenciatura Nutrición

Cuatrimestre Tercero

ALIMENTOS AFRODISIACOS

¿QUE ES?

Un alimento afrodisiaco es

Aquel

Capaz de exitar o estimular

El

El deseó sexual

Es

Por eso que todo alimentos

Que se consume con dicho propósito

Se

Considera un alimento afrodisiaco

FUNCIÓN

Tiene como función efectos

De

Esimulación y excitación

De

Elevan la dopamina

Asi

Otras hormonas como

Las

Testosterona, hormona estimulante de los meloncitos o MSH

Que

aumentar el deseo sexual y mejorar el rendimiento en el dormitorio

CONTENIDO NUTRICIONAL

Principalmente

Estos alimentos contiene una variedad

De

Aminoacidos, vitaminas, hormonas y otras sustancias

Entre estos se encuentran

La

arginina, fenilalanina, histidina, vitamina B3, vitamina E, feniletilamina, androstenodiona

Todo esto bueno para el organismo

EJEMPLOS DE ALIMENTOS

Son

una dieta rica en alimentos saludables que pueden

Ser

fresas, granada, sandia, aguacate

Los

higo, plátano, espárragos, algas,

La

rúcula, zanahoria, ajo, jengibre, almendras

piñones, canela, trufas secas y rojas

Estos son algunos ejemplos