

Psicología y retos nutricionales

Bryant Reyes Robles

02/07/24

Cuadro sinóptico

Elección de alimentos



Influencia sensorial

es un instrumento eficaz para el control de calidad y aceptabilidad de un alimento, ya que cuando ese alimento se quiere comercializar,

debe cumplir los requisitos mínimos de higiene, inocuidad y calidad del producto, para que éste sea aceptado por el consumidor, más aún cuando debe ser protegido por un nombre comercial los requisitos son mayores, ya que debe poseer las características que justifican su reputación como producto comercial.

influencia fisiológicas

existe una gran variedad de factores que influyen en la elección de los alimentos. Las características biológicas determinan la selección de ciertos alimentos y el papel del apetito, la palatabilidad y el gusto.

las necesidades fisiológicas constituyen los determinantes básicos de la elección que hacemos de los alimentos. Para sobrevivir, el ser humano necesita energía y nutrientes y, por lo tanto, responderá ante las sensaciones de hambre y saciedad (satisfacción del apetito y ausencia de sensación de hambre entre dos ingestiones de alimentos). En general, las personas disponen de una amplia gama de productos alimentarios, tanto de origen animal como vegetal, de la que seleccionamos los alimentos que comemos.

aproximaciones psicobiológicas y sociopsicológicas

La perspectiva psicofisiológica se centra en el hambre y la saciedad, por lo general, se considera que el hambre es un estado que sigue a la privación de alimentos y refleja una motivación o impulso para comer.

La comida puede reducir el hambre, pero también tiene varias propiedades sensoriales que influyen sobre la elección de alimentos. El primer lugar, estos presentan un aspecto externo, el aspecto, como segundo lugar el olor y el sabor.

Influencias

Bibliografía

Antología Uds 2023

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

