

CUADRO SINOPTICO UNIDAD 2

Mendoza Chilel Angel Joel

Universidad del Sureste

Lic. en Nutricion

3er. Cuatrimestre

L.N. Luna Gutiérrez Patricia del Rosario

Tapachula, Chiapas a 14 de Junio del 2025

**PSICOLOGIA Y
RETOS
NUTRCIONALES**

**COMIDA COMO
IDENTIDAD RELIGIOSA**

desempeña un papel crucial en la identidad religiosa, sirviendo como un marcador cultural y un vehículo para expresar creencias y valores religiosos

- CRISTIANISMO
- JUDAISMO
- ADVENTISMO

**COMIDA AUTO CONTROL Y
ROL SOCIAL**

El autocontrol en la alimentación hace referencia a la capacidad de resistir impulsos inmediatos y tomar decisiones a largo plazo que favorezcan la salud

El rol social se refiere a la influencia que las interacciones sociales, la cultura y los grupos sociales tienen en nuestras prácticas alimentarias, hábitos y elecciones

**COMIDA VS
NEGACION**

Significa comer a pesar de una voz interna o externa que lo prohíbe, restringe o moraliza la comida

Los medios y la publicidad promueven una imagen corporal ideal, y al mismo tiempo, se nos tienta con productos que están llenos de sabor y placer

CULPA VS PLACER

La culpa es esa sensación incómoda que aparece cuando sentimos que hicimos algo "mal". Puede aparecer después de comer algo que disfrutamos

La falsa idea de alimentos "buenos" y "malos"
saludable = buena
placentera = mala

RELACION PODER - COMIDA

Una persona con poder y recursos económicos puede acceder fácilmente a una variedad de alimentos frescos, orgánicos y nutritivos

Una persona con menos recursos puede enfrentar dificultades para acceder a alimentos saludables. Es posible que dependa de alimentos procesados y baratos

**COMIDA CON AMOR
Y SEXUALIDAD**

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit, sed do eiusmod tempor incididunt ut labore et dolore magna aliqua.

La alimentación influye en el deseo, el rendimiento y la salud sexual. Ciertos alimentos mejoran la circulación, las hormonas y el estado de ánimo

BIBLIOGRAFIA

1. "La comida como amor" de bell hooks (Explora la relación entre la comida y el amor en la cultura afroamericana)
2. "El placer de la comida" de Michel Onfray (Analiza la relación entre la comida y el placer)
3. "La cocina como arte y pasión" de Samin Nosrat (Explora la relación entre la comida y la creatividad)
4. "Comida y poder" de Sidney Mintz (Analiza la relación entre la comida y el poder en la sociedad)