

PSICOLOGIA Y RETOS NUTRICIONALES

Universidad del sureste

Eduardo lopez del Carpio

SIGNIFICADOS DE LA NUTRICION

PATRICIA DEL ROSARIO LUNA

Tapachula , Chiapas 12/06/2025

SIGNIFICADO DE LA NUTRICION

ROLES EMOCIONALES

ROLES SOCIALES Y CULPA Y PLACER

Se refiere a Los patrones de comportamiento y sentimiento que una persona adopta en diferentes situaciones sociales, mientras la culpa es por que pensamos que hemos hecho algo mal en el momento en el que nos hemos alimentado y el placer se refiere a disfrutar la comida que va mas allá de la simple satisfacción

LA COMIDA COMO AMOR

- La comida a menudo se considera una expresión de amor, tanto en la preparación como en el acto de compartir

CONFLICTO Y ALIMENTACION

COMER CONTRA NEGACION

Hay alimentos que pueden causar el efecto contrario en el cerebro, provocando negatividad y mal humor como
azúcar refinado
grasa transgénicas

CONFLICTO ALIMENTACION

- Es la situación en la que la inseguridad alimentaria, ya sea por falta de acceso, disponibilidad y calidad de los alimentos

Relación de poder

alimentación y salud

La alimentación y la salud están intrínsecamente ligadas. una alimentación saludable, rica en nutrientes y balanceada, es fundamental para mantener un buen estado de salud, prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida

COMIDA Y CONTROL

- implica tomar decisiones conscientes sobre que comer, cuanto comer y por que, con el objetivo de mantener un equilibrio saludable

BIBLIOGRAFIA

PSICOLOGIA

<https://universidadeuropea.com/blog/que-es-psiconutricion/>