

**Universidad Del Sureste**

**Campus Tapachula**

Asignatura:

Psicología del alimento

Alumno:

Ozuna López Marvin Fernando

Cuatrimestre:

3ºA

Carrera:

Licenciatura en Nutrición

LN:

Luna Gutierrez Patricia del Rosario

Tapachula Chiapas, México

# PSICOLOGÍA DEL ALIMENTO

## ROL EMOCIONAL

la comida evoca emociones positivas, buscando alimentos apetecibles en respuesta a emociones negativas, aislamiento social y estrés

## CONFLICTO Y ALIMENTACIÓN

La relación con la comida a menudo está vinculada a la autoestima y el crecimiento personal. La mejora de la autoestima puede tener un impacto significativo



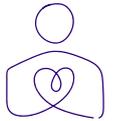
## COMER VS NEGACIÓN

La negación puede afectar la elección de alimentos de las personas al evitar pensar en los ingredientes no saludables que eligen comer



## ROL SOCIAL

se refiere a las expectativas, comportamientos y responsabilidades que la sociedad asigna a individuos en diferentes contextos y posiciones



## CULPA VS PLACER

La culpa por comer puede surgir de la categorización de los alimentos como "buenos" o "malos", o de seguir dietas restrictivas



## COMIDA Y AUTOCONTROL

El autocontrol será un buen amigo si queremos comer de forma saludable



## LA COMIDA CON AMOR

Un nivel profundo de apego, comparable al vínculo maternal en ciertos alimentos, estimulan la liberación de dopamina, la hormona del placer



## COMIDA Y SEXUALIDAD

alimentos que potencian la libido hasta juegos sexuales que involucran comida, La comida, en general, puede aumentar el placer y el deseo sexual



## RELACION DE PODER

se refiere a la influencia que diferentes factores, como el acceso a alimentos, la cultura, la economía



## COMIDA Y AUTORIDAD RELIGIOSA

a través de preceptos y rituales, influyen en qué, cómo y cuándo se debe comer, estableciendo normas que prohíben ingerir ciertos alimentos



## ALIMENTACIÓN Y SALUD

un factor crucial para mantener un buen estado de salud, prevenir enfermedades y mejorar la calidad de vida

