



Mi Universidad

Mapa conceptual

Dafne Jaqueline Martínez Rodríguez

Alimentos afrodisíacos

II Parcial

Psicología y retos nutricionales

Maestra: Julibeth Martínez Guillén

Licenciatura en nutrición

III Cuatrimestre

¿QUÉ SON?

que se supone
aumenta el deseo
sexual o mejora el
rendimiento en la
intimidad.

son aquellos

FUNCIÓN

propiedades
estimulantes que
aumentan la producción
de hormonas sexuales y
mejoran la libido.

Tienen

ALIMENTOS AFROFIDISIACOS

son

CONTENIDO NUTRICIONAL

Chocolate: rico en
flavonoides.
Fresas: en vitamina C y
antioxidantes
Nueces: ricas en arginina
Pimienta: contiene
capsaicina.

LOS

EJEMPLOS

FRESAS
OSTRAS
CHOCOLATE
HIGOS
CAVIAR

REFERENCIAS: • Kohan, L. (2010). Alimentos afrodisíacos. *Integral: Vive mejor en un mundo mejor*, (367), 54-57. • García-Espinosa, L. G., Borzhetskaia, T. Y., & Rivero, L. L. (2009). Sobre los alimentos denominados afrodisíacos. *Revista Cubana de Alimentación y Nutrición*, 19(2), 17. •Pérez, E. (2018). Alimentos afrodisíacos: chocolate y papa hervida. *La Habana: Hospital Pediátrico William Soler*.