

Psicología

Julibeth Martinez Guillen

Rubi Elizabeth Pérez Jiménez

Nutrición



***Mapa conceptual de alimentos
afrodisíacos***

Tercer cuatrimestre

Unidad dos

ALIMENTOS AFRODISIACOS

QUE SON

Alimentos para aumentar los el deseo sexual

Alimentos con características sensoriales placenteras

Alimentos parecidos a los órganos sexuales

FUNCION

Estimulacion de deseo sexual

Estimula la liberación de histamina , favorece el flujo sanguíneo

produce hormonas sexuales y estimula las glándulas endocrinas

CONTENIDO NUTRICIONAL

Consumir alimentos ricos en fitoestrogenos

Vitaminas y minerales

potasio , fibra vitaminas del grupo B. Como el ácido fólico, la vitamina c la vitamina A

ENEMPLO

aumentan o activan la dopamina como el chocolate

vitaminas y minerales reales

•espárragos •Granada •sandia
•zanahoria •platano•chocolate
•fresas• canela •Higos

COMIDA AFRODISÍACA

COMIDA AFRODISÍACA PARA HOMBRES



COMIDA AFRODISÍACA PARA MUJERES

