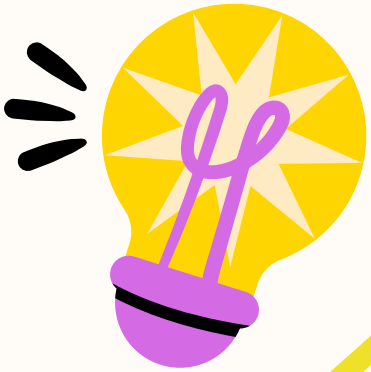
NOMBRE DEL ALUMNO: GISEL MONTSERRAT ABADIA DOMINGUEZ

PROFESORA: JULIBETH MARTINEZ GUILLEN

MATERIA: PSICOLOGIA Y RETOS NUTRICIONALES

LICENCIATURA: NUTRICIÓN

REFERENCIAS: ANTOLOGIA PSICOLOGIA Y RETOS NUTRICIONALES



INFLUENCIAS SENSORIALES EN LA ELECCIÓN DE ALIMENTOS: EXPERIENCIA VS PREFERENCIAS INNATAS.

SENSACIONES Y ANÁLISIS SENSORIAL

- Uso de los sentidos (olfato, gusto, tacto, vista, oído)
- Evaluación objetiva (necesita entrenamiento)
- Herramienta de control de calidad
- Afecta la aceptabilidad del producto

PREFERENCIAS INNATAS VS EXPERIENCIA

- Bebés:
- Prefieren sabores dulces
- Prefieren sal

PREFERENCIAS INNATAS VS EXPERIENCIA

- Modificables:
- La familiaridad cambia preferencias
- La cultura y el grupo étnico predicen mejor los hábitos

TEORÍAS E INVESTIGACIONES

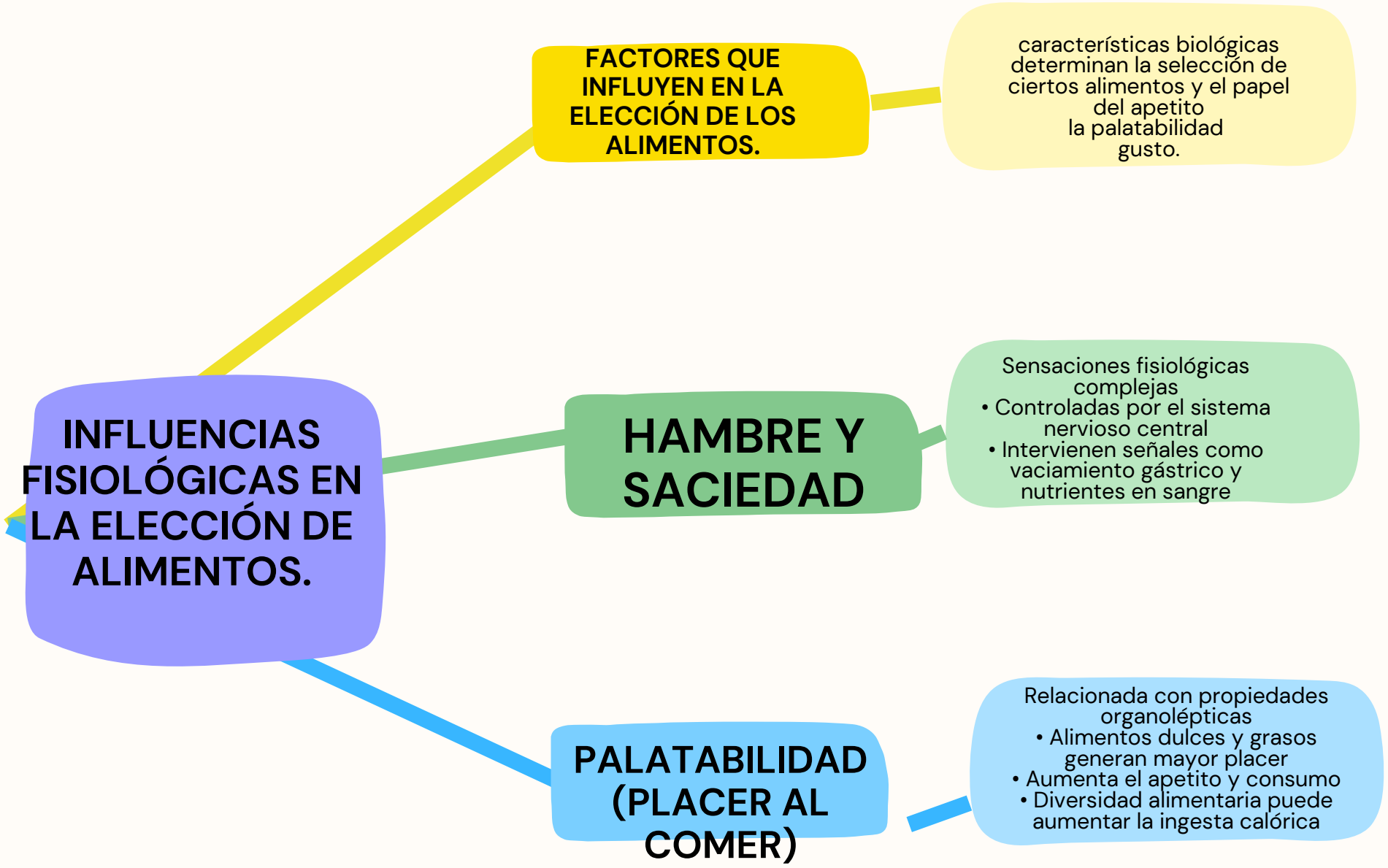
Factores:

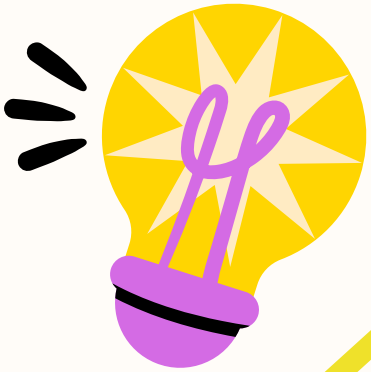
- Físicos
- Sociales
- Psicológicos

TEORÍAS E INVESTIGACIONES

Factores:

- Externos: tipo de alimento, cultura, contexto social
- Internos: personalidad, cogniciones, factores sensoriales


INFLUENCIAS FISIOLÓGICAS EN LA ELECCIÓN DE ALIMENTOS.
FACTORES QUE INFLUYEN EN LA ELECCIÓN DE LOS ALIMENTOS.
características biológicas determinan la selección de ciertos alimentos y el papel del apetito
la palatabilidad
gusto.
HAMBRE Y SACIEDAD
Sensaciones fisiológicas complejas
• Controladas por el sistema nervioso central
• Intervienen señales como vaciamiento gástrico y nutrientes en sangre
PALATABILIDAD (PLACER AL COMER)
Relacionada con propiedades organolépticas
• Alimentos dulces y grasos generan mayor placer
• Aumenta el apetito y consumo
• Diversidad alimentaria puede aumentar la ingesta calórica



APROXIMACIONES PSICOBIOLÓGICAS Y SOCIOPSICOLOGICAS HACIA LA ELECCIÓN DE ALIMENTOS

1- INFLUENCIAS FISIOLOGICAS

hambre y saciedad
sistema nervioso central: regula el equilibrio entre hambre y saciedad
palatabilidad

2- INFLUENCIAS SENSOSIALES

Aspecto visual
olor
sabor
inconsistencias en estudios

3- PSICOFARMACOSY NEUROQUIMICOS

Farmacos ludicos:
nicotina: reduce ingesta
marihuana: aumenta el apetito
alcohol: efectos contradictorios

PSICOFARMACOSY NEUROQUIMICOS

Anfetaminas: suprimen el apetito
antipsicóticos: aumentan El peso

PSICOFARMACOSY NEUROQUIMICOS

Antidepresivos triciclicos: aumento deseo por dulce
Analgesicos
Naloxona y morfina: reduce ingesta
Supresores del apetito: fenfluoramina, triptofano, sibutramina