

Curso de Conducta Ingestiva Humana

Módulo 1- Sistema social.

El mercado de alimentos. Políticas alimentarias. Los medios y su impacto. Medios y su rol en la alimentación. Investigación, publicación y traducción de investigaciones sobre nutrición.

Las redes sociales: ¿infoxicación? Marketing, ética y marketing social. Comercialización de productos y conceptos nutricionales.

Cultura, religión y comportamiento alimentario. Normas sociales, modelado como determinantes. Estilo parental e ingesta. El sistema educativo y la alimentación. Gastronomía. Rol social del alimento.

Módulo 2- Sistema homeostático energético.

Regulación central. Sistemas orexigénico y anorexigénicos. Circuitos neuronales que representan la interfaz entre los determinantes metabólicos y hedónicos de la ingesta. Anatomía neural del comportamiento homeostático alimentario. Principales neuroquímicos. Sistemas tónicos y fásicos. Regulación top /down (arriba -abajo). Aporte de los métodos de diagnóstico por imágenes para el estudio del cerebro.

Módulo 3- Sistema emocional y estrés como condicionantes de la ingesta emocional.

Estados emocionales y preferencias alimentarias.

Las emociones y el control cognitivo de la alimentación .

Teorías sobre la relación entre las emociones. Teoría psicósomática. La externalidad. Teoría de restricción. Teorías e intervenciones "basadas en la aceptación". La neurobiología del estrés y la regulación del apetito. Mecanismos neurobiológicos por los cuales el estrés afecta las vías de recompensa.

Módulo 4- Sistema de recompensa.

El placer y sus secretos relacionados con el consumo hedónico. Anatomía neural del sistema. *Liking, wanting*. Principales neuroquímicos. Recompensa y aprendizaje. Certeza e incertidumbre. La dopamina como señal fundamental. Palatabilidad y recompensa. Medio obesogénico y recompensa. ¿Adicción alimentaria o ingestiva? ¿Fenotipo comportamental o hábitos y preferencias?

Módulo 5- Sistema de funciones ejecutivas:

Componentes esenciales y funciones. Toma de decisiones. Recursos cognitivos: emociones y estrés. Demora en la gratificación. Perfiles ejecutivos disfuncionales. Atención e ingesta. Disfunciones de la atención y comportamiento alimentario. Toma de decisiones y obesidad. Autorregulación del comportamiento alimentario.