



COMER ADICTIVO ?

Dra. Graciela Saez - Fundación JOVENES

www.jovenessaludintegral.com.ar

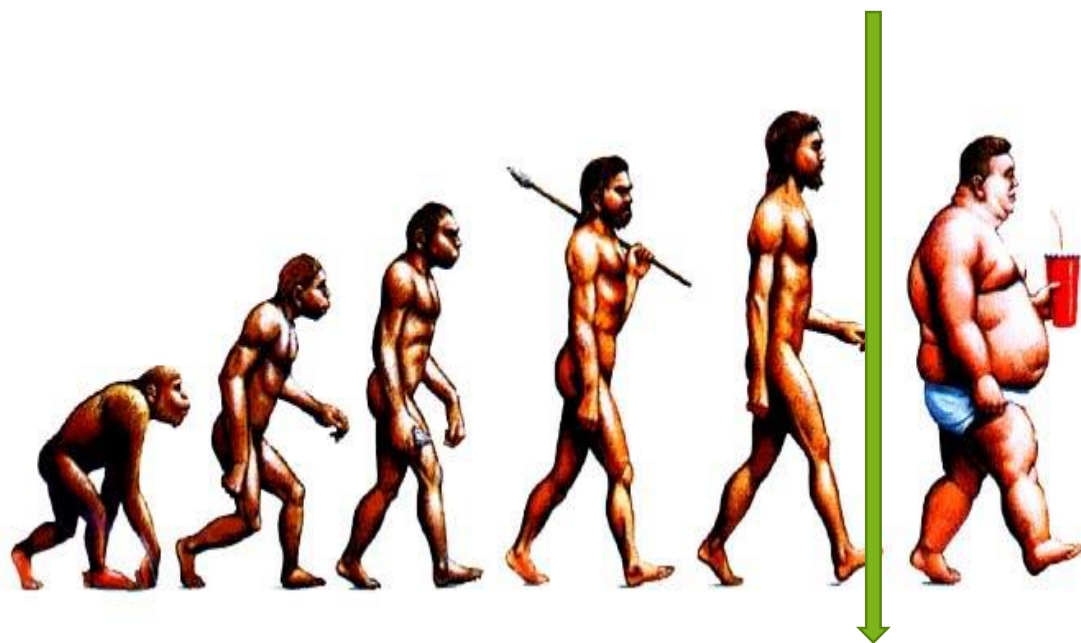


SUSTANCIAS CON PODER ADICTIVO

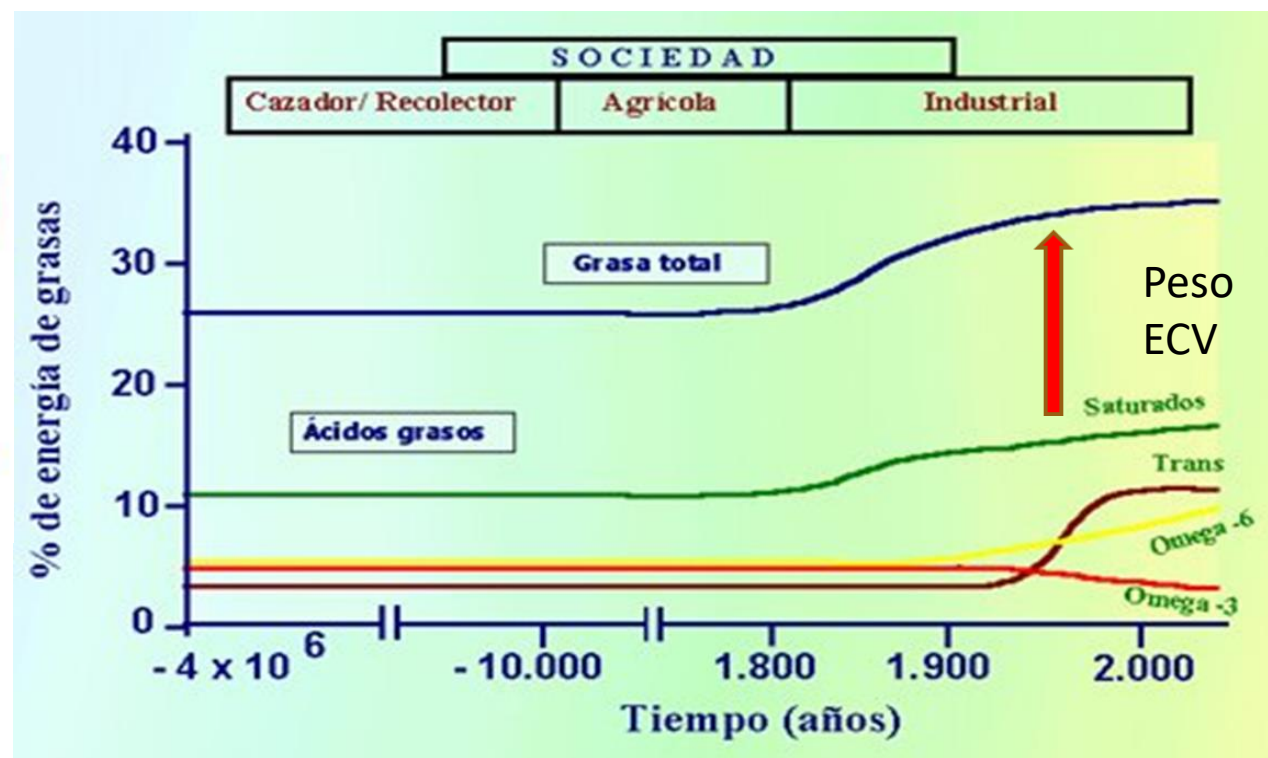
disfrazadas de alimentos ?

SUSTANCIASIMPACTO EN EL CUERPO

HIPOTESIS LIPICA 1960



4 millones de años



SIGLO 21 BIENVENIDOS HIDRATOS DE CARBONO

- Crece la ECV / ACV
- Crecen enfermedades inflamatorias
- Pandemia OBESIDAD



SERAN OTROS LOS VILLANOS..????



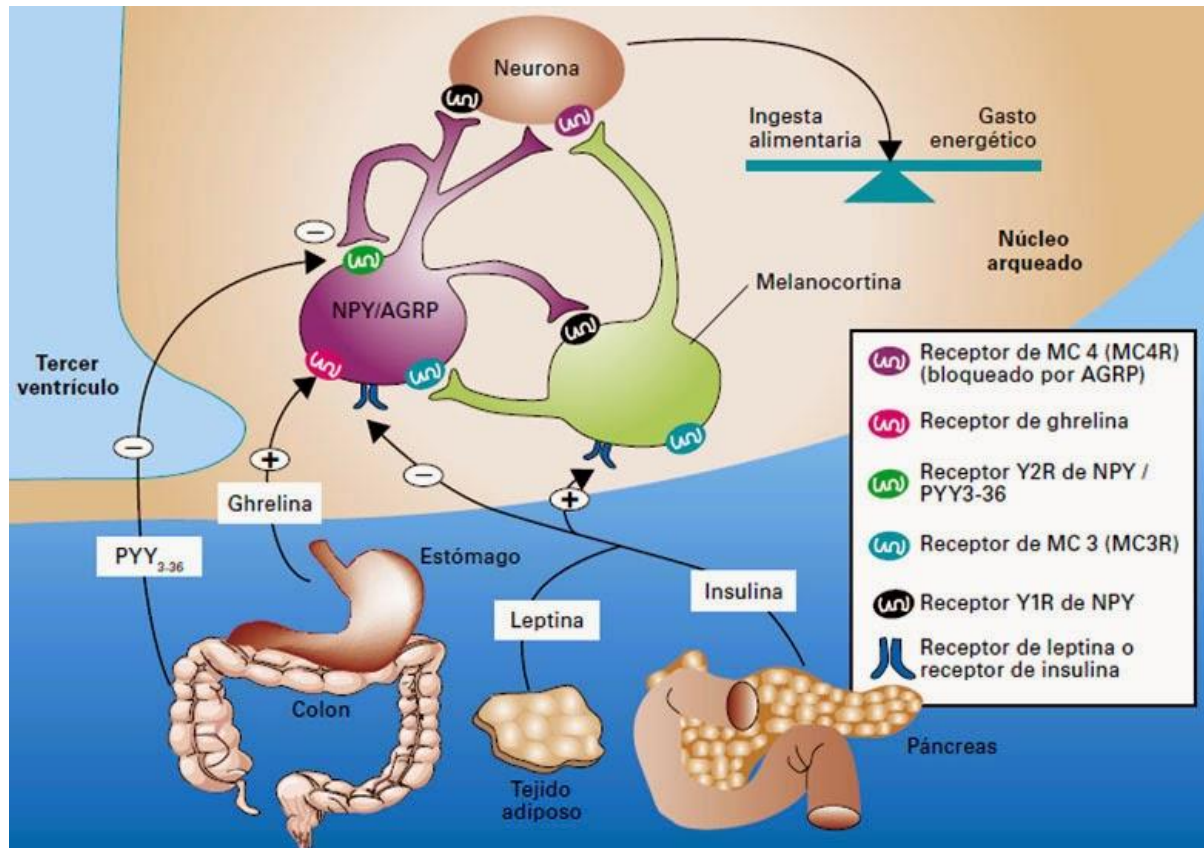
GLUTEN



GLUTEN

- Framingham Heart Study, 1971-1980
- MRFIT (Multiple Risk Factor Intervention Trial) 1980
- EXORFINAS ~MORFINA
- C.Zioudrou ;Journal of Biological Chemistry, 1979

ADICCIÓN A LOS ALIMENTOS ? : SISTEMA CORTICO-LIMBICO



Recompensa:

- necesitar
- gustar
- aprender

« go »

Review: Food Addiction and Binge Eating:

Marta G. Novelle * ID and Carlos Diéguez-Published: 11 January 2018

FRUCTUOSA



1900 : 1%



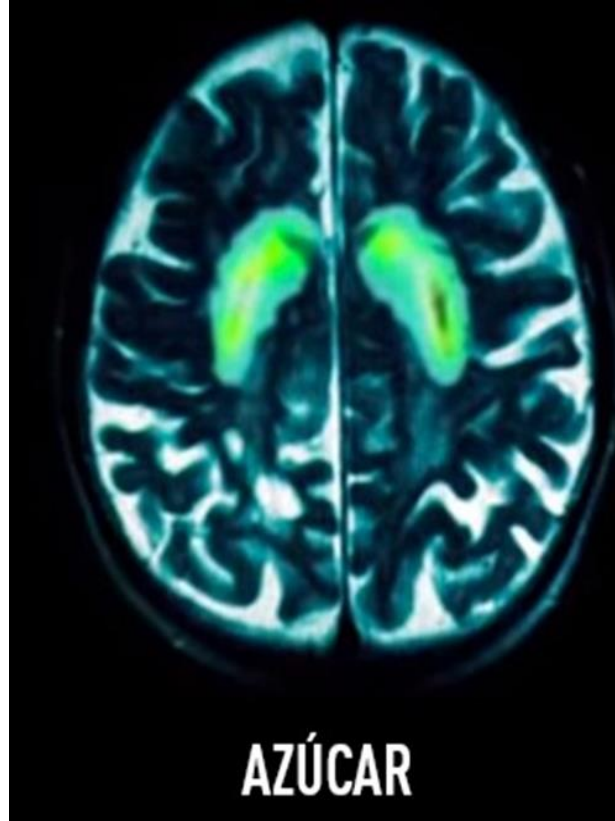
2014 : 12%

Inflamación
TG y es Lipogénica
Edulcorantes AP

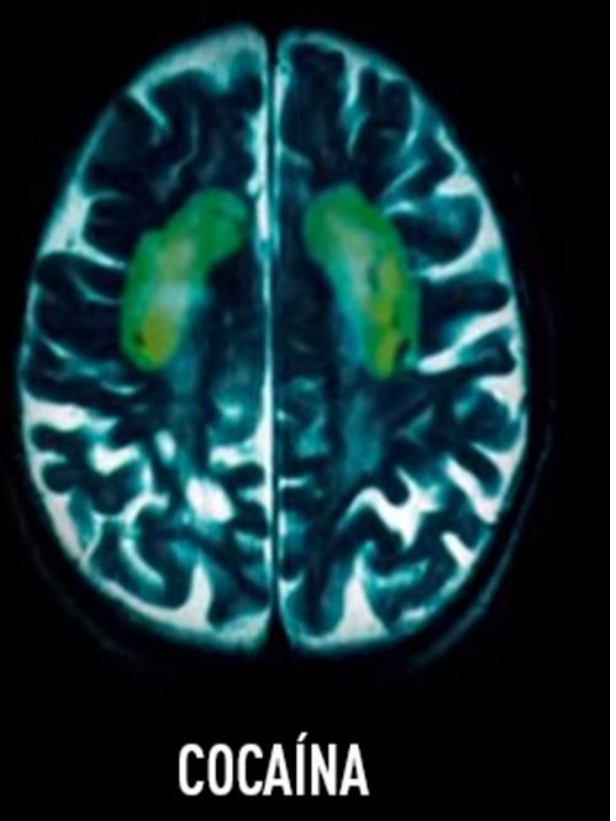
Descontrol comportamiento
alimentario



PSICOFARMACOS MASTICABLES
de venta libre



AZÚCAR



COCAÍNA

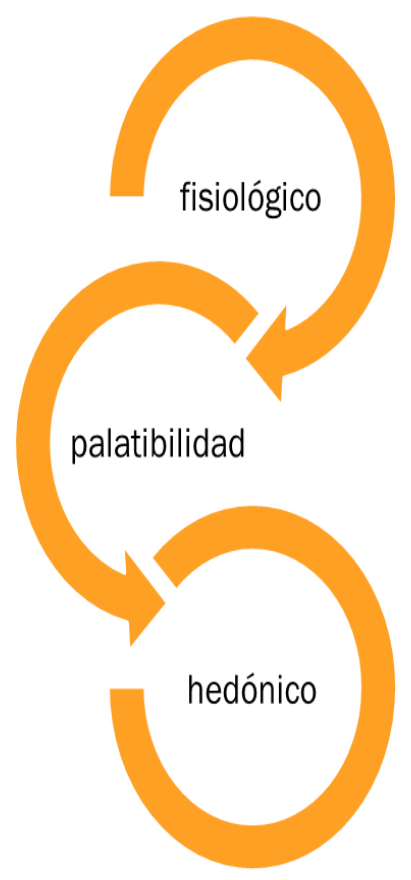


SAL DE LA VIDA





PALATIVIDAD - TEXTURAS - SENTIDOS





NEUROMARKETING

- Técnicas de las neurociencias, selecciona niveles de emoción, atención y memoria para que los estímulos percibidos de forma consciente o subconsciente provoquen ...



PROVOCACION MARKETINERA

Consumidor adolescente no compra productos por su valor utilitario, sino que compra satisfacciones , emociones



«el sabor del encuentro»





**PERSONAS
VULNERABLES?**

- Camino de la latencia a las perturbaciones novedosas de los cambios puberales atravesado por lo familiar , lo social y la cultura
- Procesar los rápidos cambios corporales : Extrañamiento
- Adolescente es Particularmente vulnerable a las presiones de la cultura prevalente: adecuado /modelo de belleza ,

*La construcción cultural del cuerpo. ROSA BEHAR.
El paradigma de los TCA*

NIÑOS Y ADOLESCENTES





PLACER -ALIVIO





PARADOJAL



foto: Tabarba



COMER SANO ES SANO COMER TAN SANO?

De la ortotexia a la anorexia hay pocos pasos Y de ahí a lo compulso-obesivo otros pocos pasos mas.....



A tropical beach scene with palm trees in the foreground and turquoise water in the background. The sky is blue with some clouds. The text is centered in a white box.

HAY UNA SOCIEDAD SIN
OTROS NUTRIENTES?

MUCHO AL ENVASE POCO CONTENIDO

- **Adicción a imágenes:**
imagen como obsesión, como padecimiento
- **Imagen de mujer cada vez más artificial y por lo tanto inalcanzable**
- **3 generaciones** ...en búsqueda de delgadez... y de eterna juventud



- **REDES....**





ACTIVIDAD FISICA

RUNNER - FITNESS E IDENTIDAD



IMPACTO EN LA SALUD

- Miedos -fobias
- Obsesiones
- Frustraciones
- TCA
- Trastornos de ansiedad
- Obesidad
- Conductas adictivas
- Aislamiento con....





ES POSIBLE LA
ARMONIA?



COMIDA Y VINCULO

El hombre es un omnivoro que se alimenta de carne , vegetales y de lo imaginario ...

Claude Fishler





COMIDA Y VINCULO

COCINAR y COMER JUNTOS : INVERSION

Es una Siembra : Imaginación , economía .

Plasma el sistema de crianza de responsabilidades crecientes

Previene sobrepeso

Previene TCA

Previene otras adicciones.

Previene la depresión

Mejora escolaridad.....

- Gallup December 26, 2013
- Arch Iran Med. 2017 Apr;20(4):218-223.
- The National Center on Addiction and Substance Abuse September 22, 2010
- Appetite. 2017 Jul 1;114:187-193.
- J Nutr Educ Behav. 2017 Jan;49(1):67-72.e1.
- J Fam Psychol. 2017 May 15.
- J Acad Nutr Diet. 2013 Dec;113(12):1601-9.
- Pediatrics June 1, 2011
- Obesity December 19, 2013
- The Atlantic July 18, 2014
- J Adolesc Health. April 2013
- CASA Columbia September 2012
- OECD January 2014
- U.S. News and World Report September 20, 2016
- Journal of Marriage and Family May 24, 2012
- NY Times June 29, 2012
- The Family Dinner Project, Conversation Starters

BELLEZA



- La característica de una cosa que a través de una experiencia sensorial (percepción) procura una sensación de placer o un sentimiento de satisfacción.

Género

Medios de Comunicación

Identidad

Sexualidad

BELLEZA

Revolución de las flores

Dentro de nosotros mismos



Una mujer que no se gusta a si misma no puede ser libre, y el sistema se ha preocupado de que las mujeres no lleguen a gustarse nunca.

Beatriz Gimeno



MUCHAS GRACIAS

www.jovenessaludintegral.com.ar