

Más allá del hambre y la saciedad

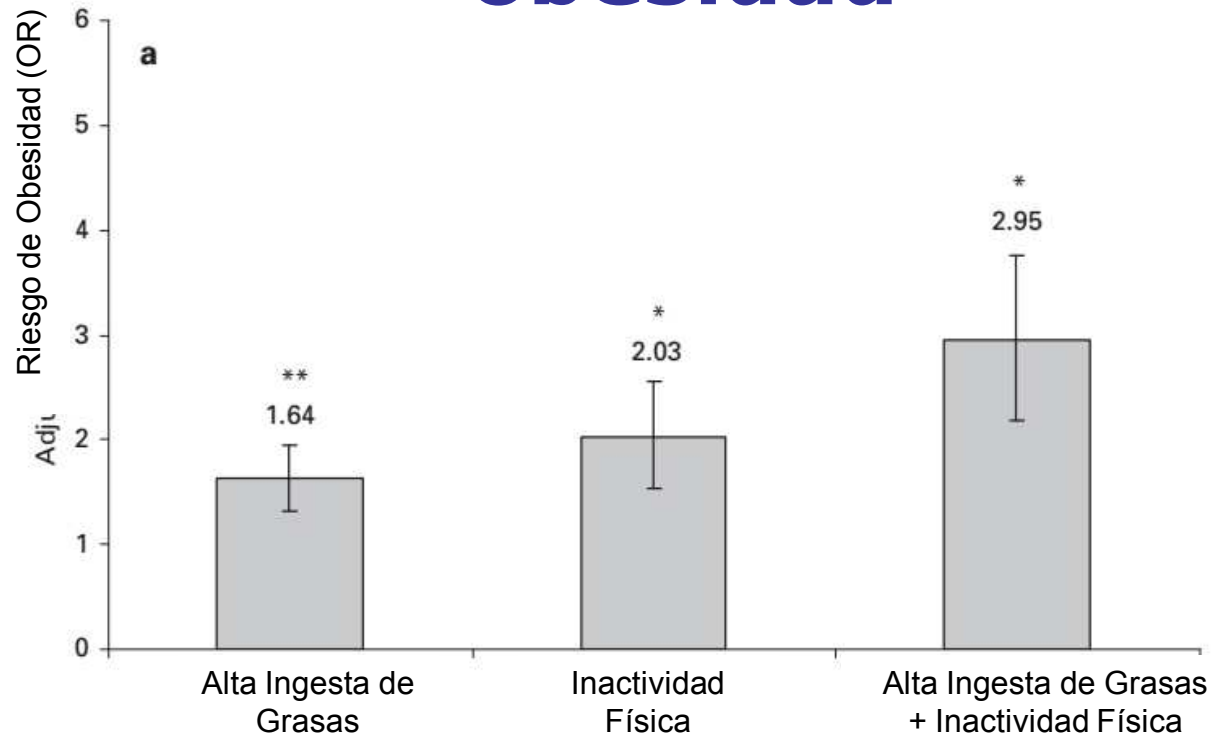
Papel del sistema hedónico de la alimentación en la epidemia mundial de obesidad

Dr Marcos A. Mayer



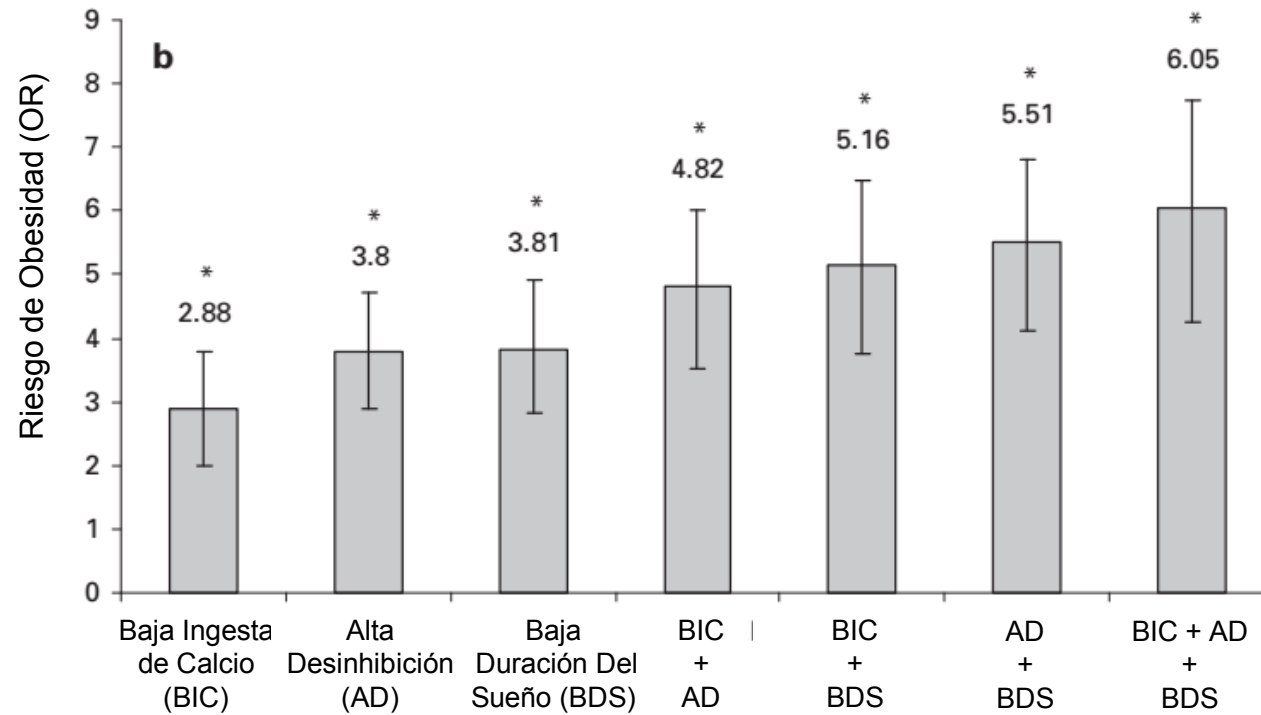


Factores de riesgo clásicos y obesidad

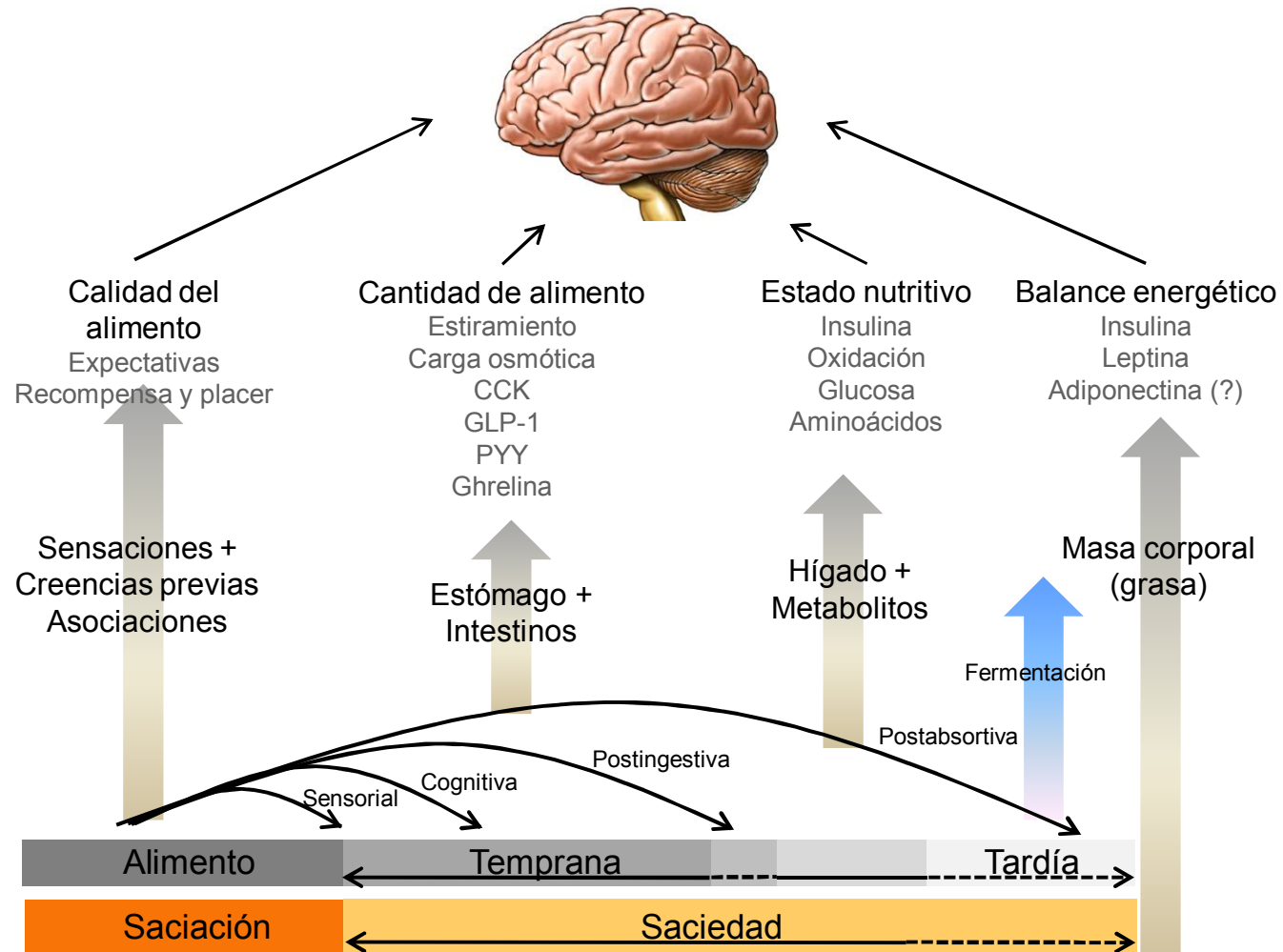


Modificado de Chaput JP et al. Obes Facts 2010;3:320–327

Factores de riesgo novedosos y obesidad

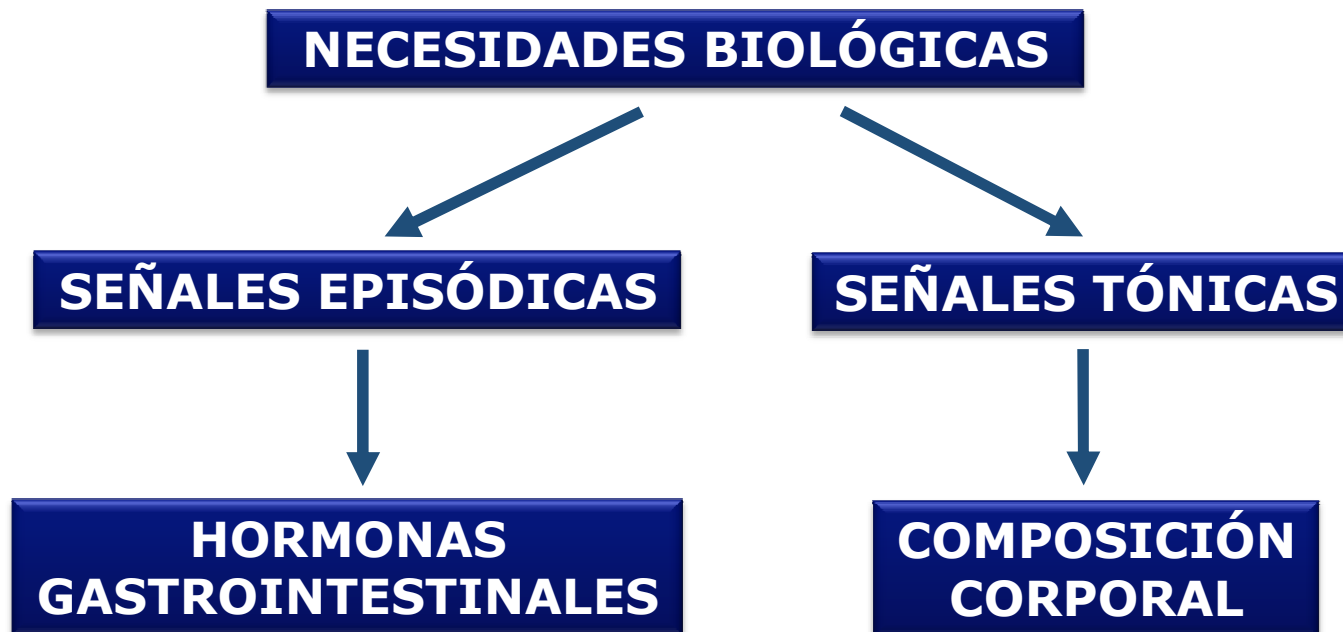


Modificado de Chaput JP et al. Obes Facts 2010;3:320–327



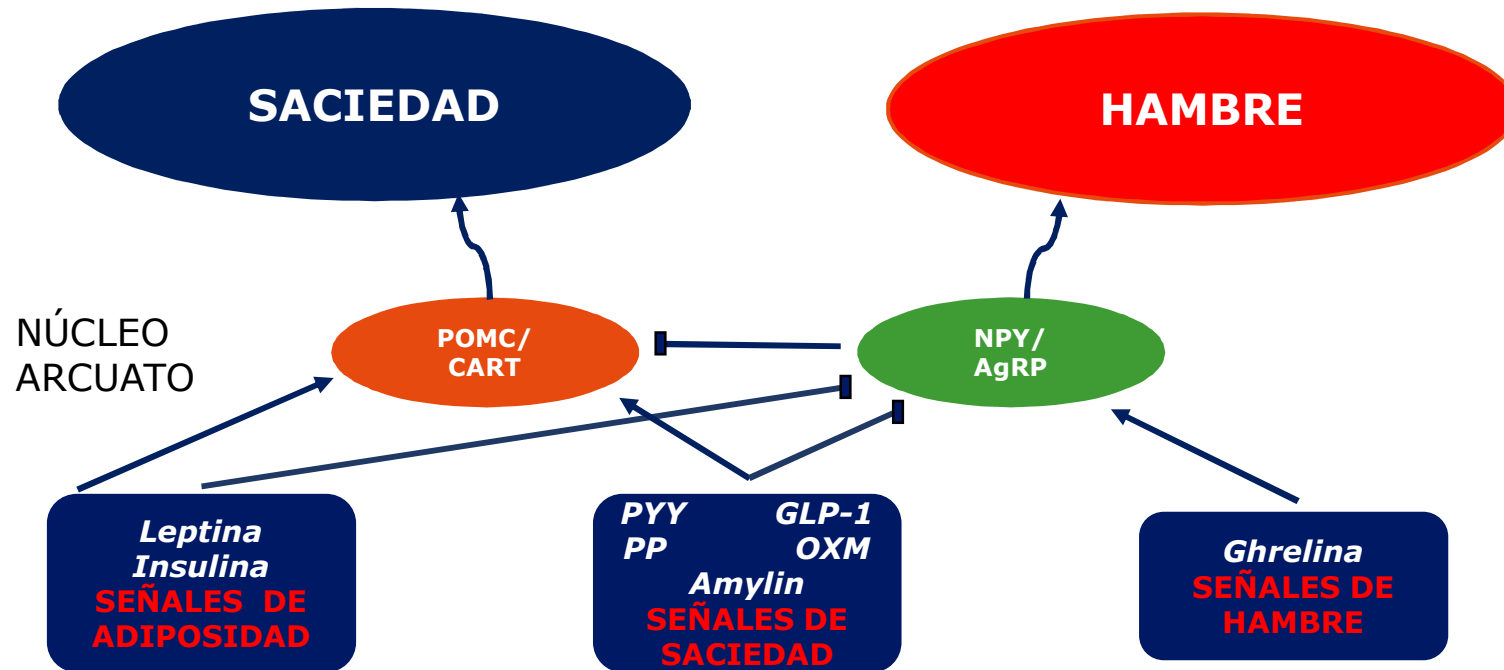
Adaptado de Blundell, J. et al. Appetite control: methodological aspects of the evaluation of foods. *Obesity Reviews* 2010;11, 251–270

Control homeostático de la alimentación



Regulación homeostática del apetito

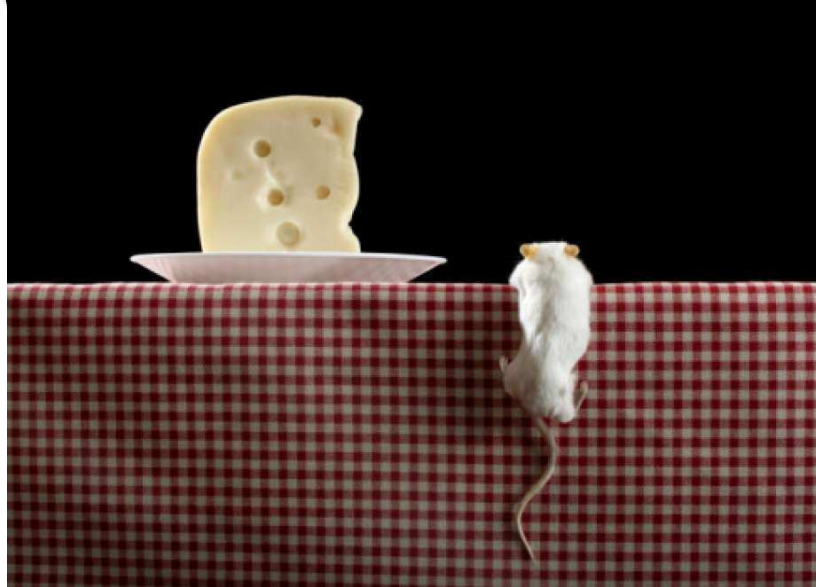
Las señales periféricas modulan el apetito a través de las neuronas del hipotálamo



Modificado de Badman et al. Science 2005;307:1909–14

Control hedónico de la alimentación

WANTING



LIKING



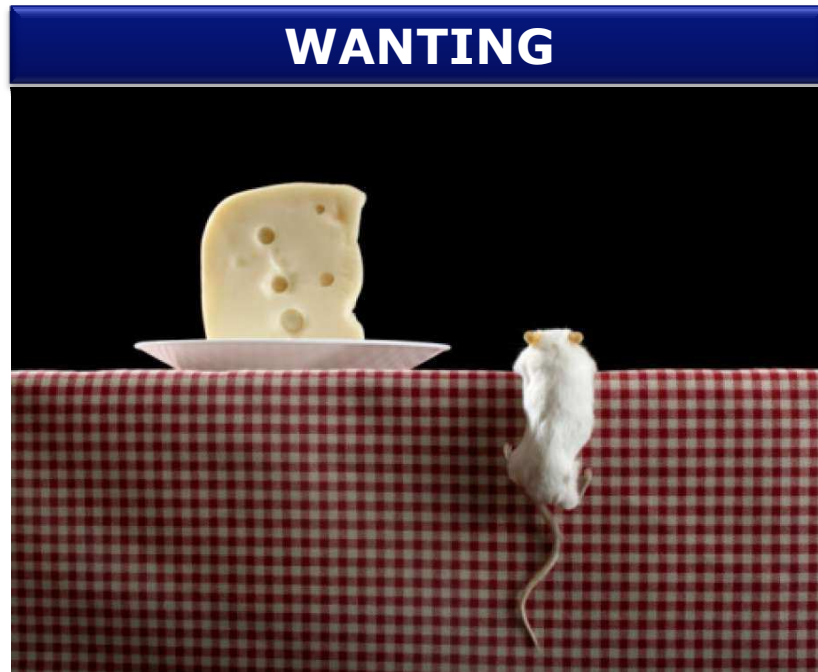
Control hedónico de la alimentación

LIKING



Apreciación subjetiva del grado en que un individuo puede encontrar atractivo o apetecible a un alimento

Control hedónico de la alimentación



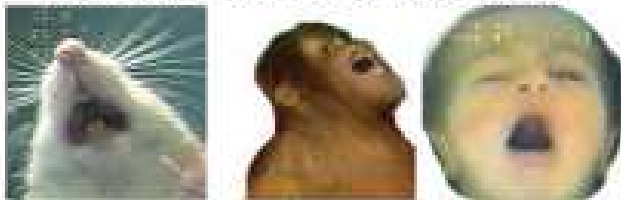
Motivación intrínseca hacia el cumplimiento de una experiencia gratificante

Control hedónico de la alimentación

Reacciones Hedónicas (dulce)



Reacciones Aversivas (amargo)



Área Hedónica

Incrementa liking

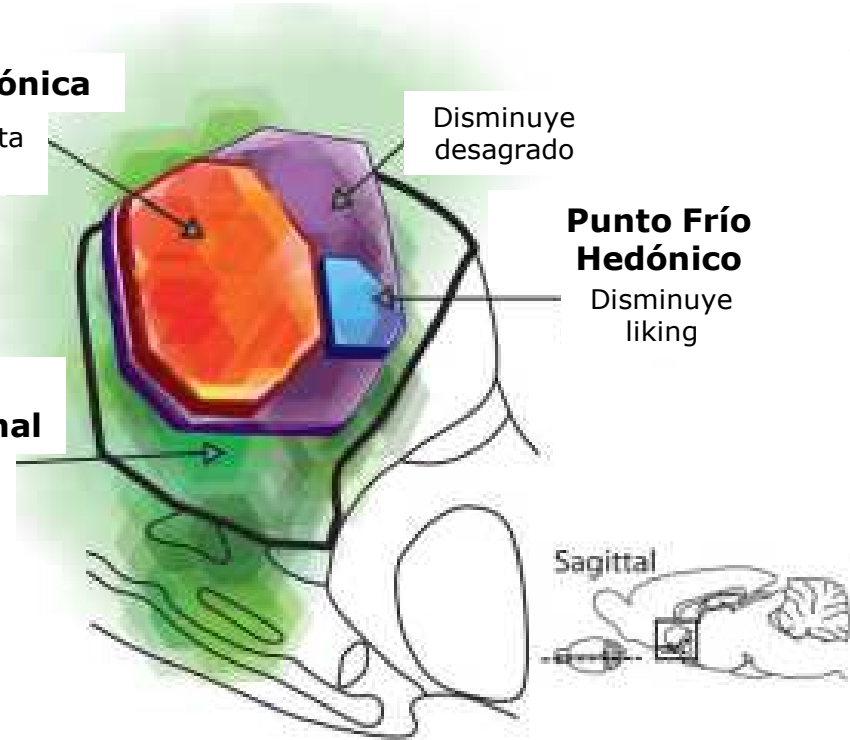
Disminuye desagrado

Punto Frío Hedónico

Disminuye liking

Área Motivacional

Incrementa ingesta



Adapcado de Berridge, KC. et al. Brain Res. 2010; 1350: 43-64

Leeds Food Preference Questionnaire

Evaluación del papel del control hedónico de la alimentación en humanos

Permite dissociar Wanting y Liking

Evalúa aspectos explícitos e implícitos

Versión adaptada y validada al español

Finlayson, G. et al. *Appetite*. 2008 Jan;50(1):120-7;
Finlayson, G. et al. *Appetite*. 2012 Feb;58(1):373-8
Mayer, MA: et al. *Food Funct*. 2014 Apr;5(4):773-9

Si dos comidas se muestran de a pares, debe utilizar el teclado para seleccionar una de ellas de acuerdo a cuál quiere más en ese momento

Imagine que puede comer tanto o tan poco de la comida seleccionada como quiere.

Si preferiría comer la comida de la izquierda, pulse 'D'

Si preferiría comer la comida de la derecha, pulse 'J'

Por ejemplo...



Pulse '1' para practicar
Pulse '2' para comenzar

2/3

Si se muestra una sola comida, responda a la pregunta haciendo click con el mouse sobre el punto de la línea blanca que mejor represente lo que usted siente.

Por ejemplo...

¿Qué tanto desea algo de este alimento ahora?



Nada en absoluto

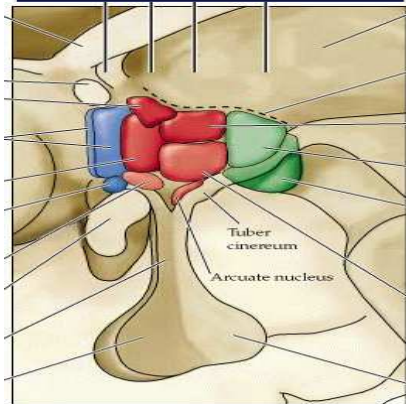


Extremadamente

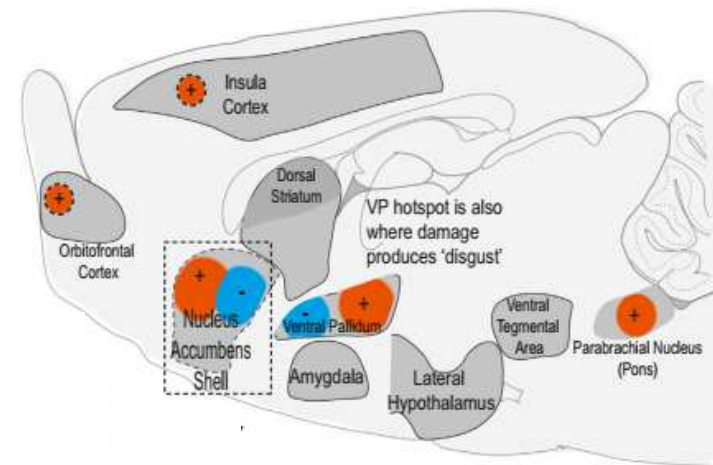
Pulse '1' para la siguiente página

Pulse '2' para

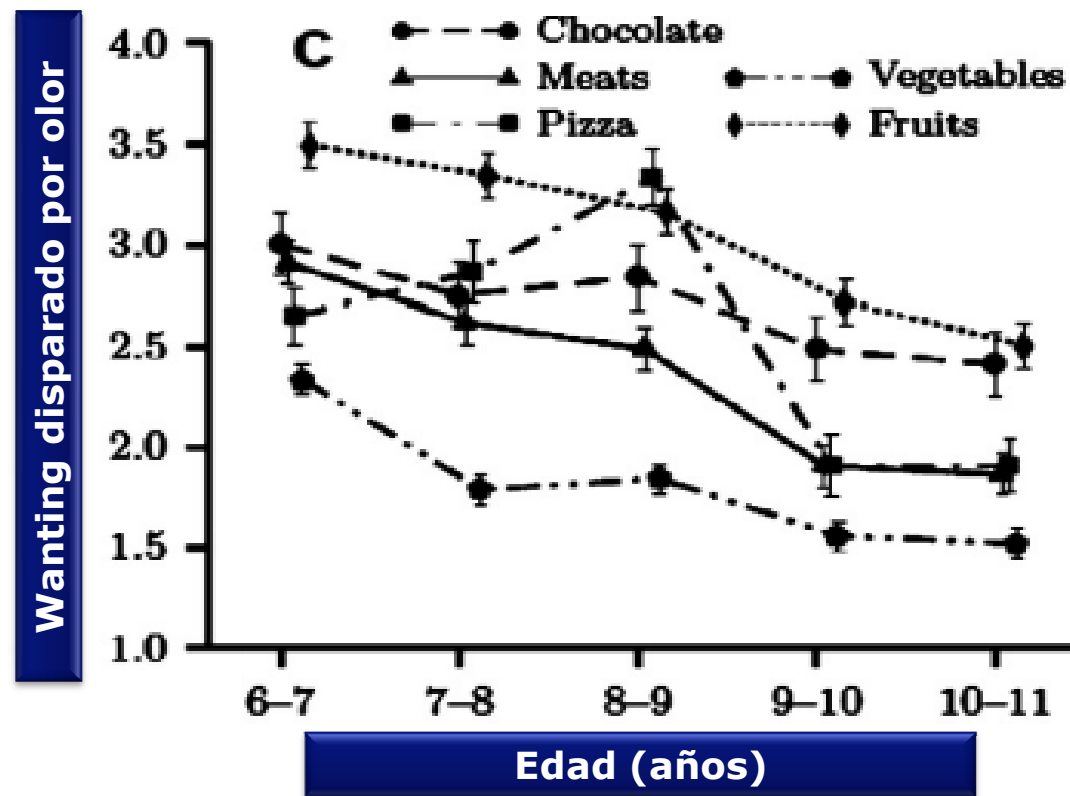
Homeostasis



Recompensa

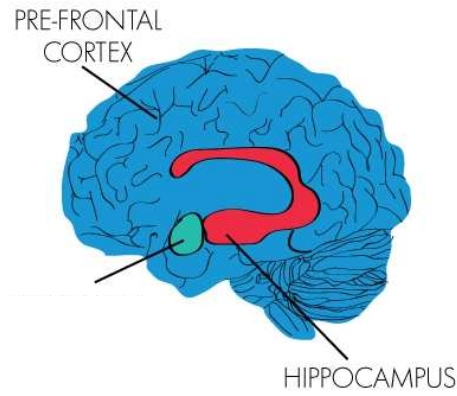


Respuesta a estímulos alimentarios disminuye con la edad

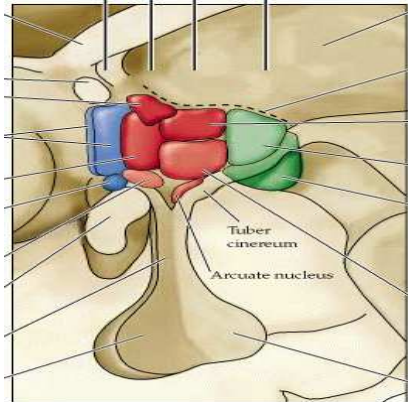


Modificado de Jiang, T. et al. Appetite 2013;67: 88-98

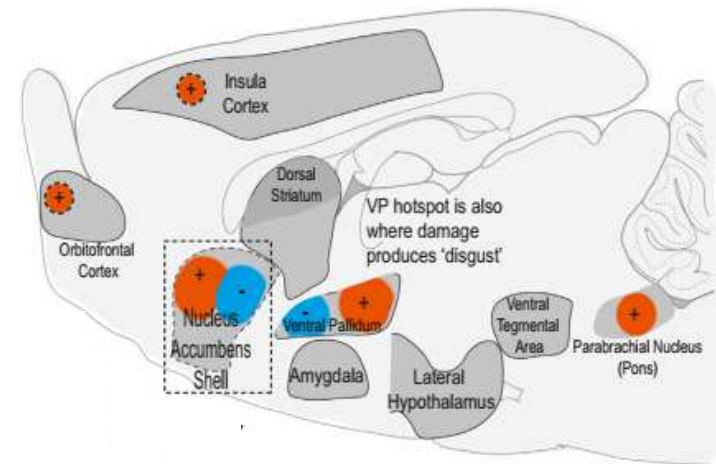
Cognición



Homeostasis



Recompensa



Procesos Cognitivos

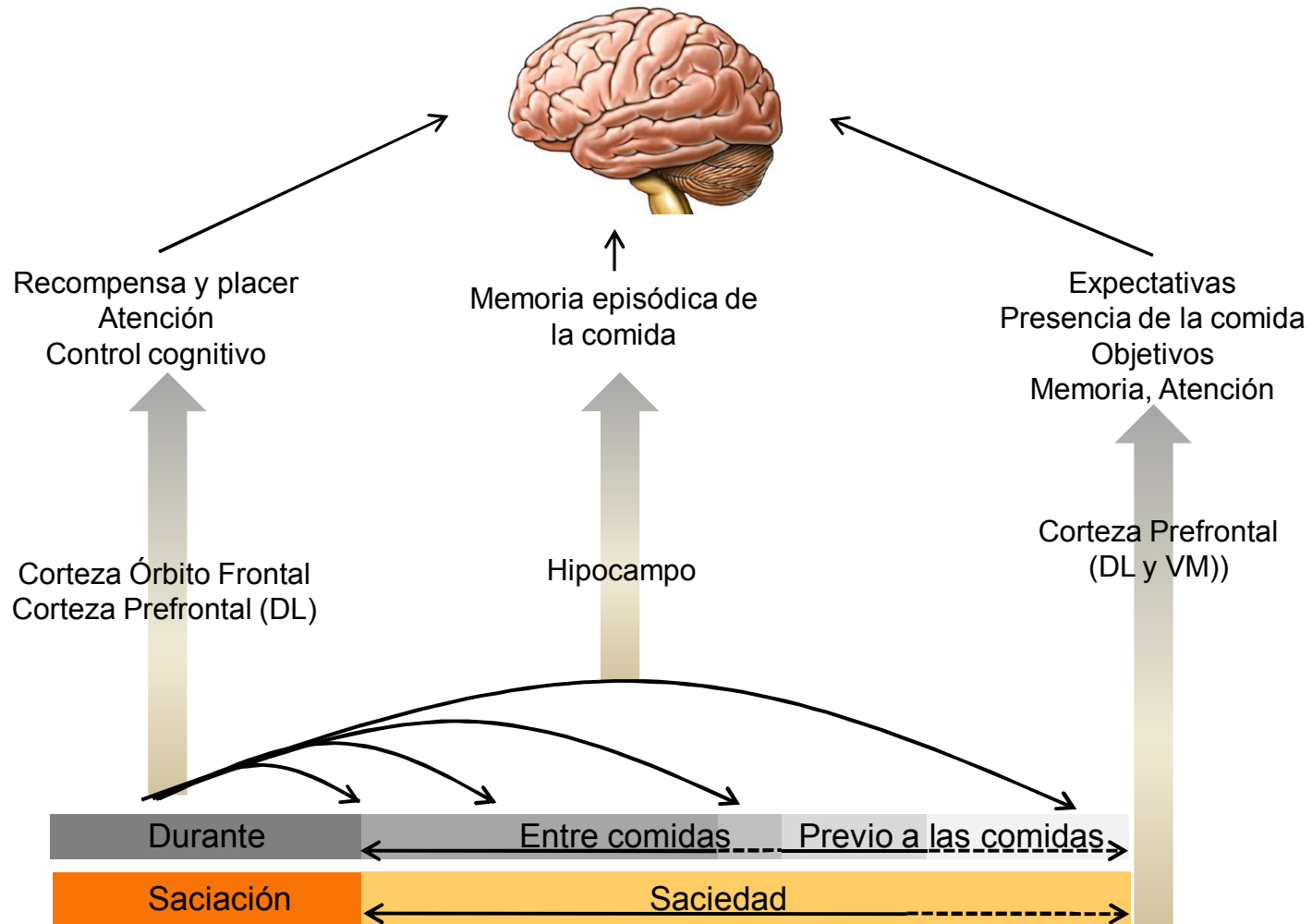
Respuesta a los estímulos alimentarios
antes de comenzar a comer



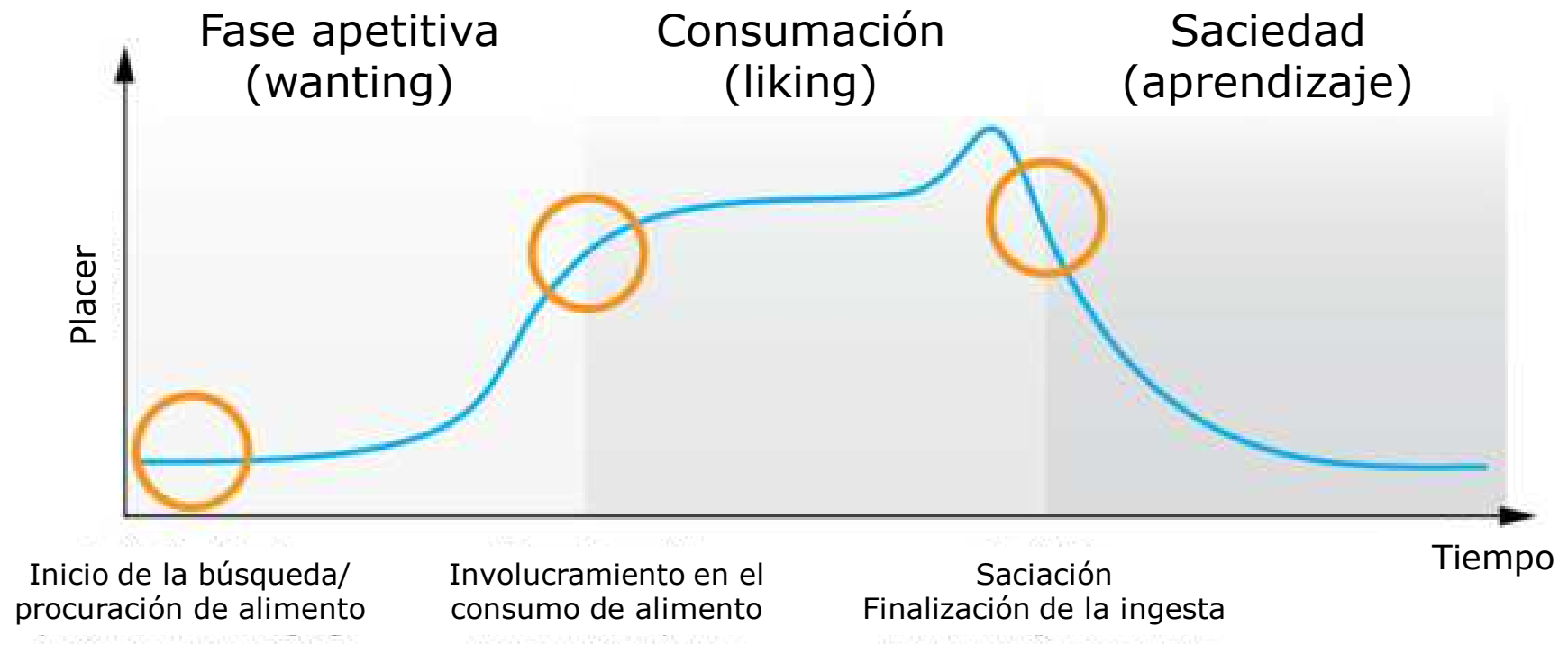
**Comportamiento
orientado a objetivos**

Control inhibitorio

Atención / memoria

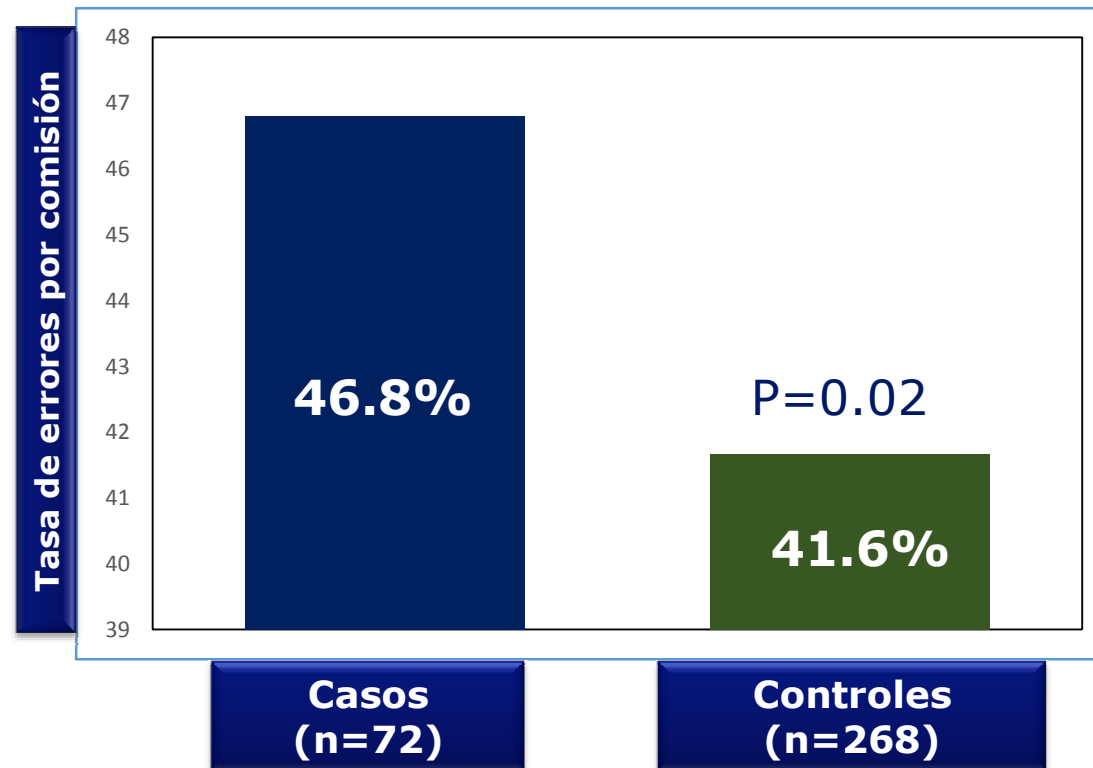


Creado a partir de Blundell, J. et al. Obesity Reviews 2010;11, 251–270
y Higgs, H. et al. Journal of Psychopharmacology 2017, Vol. 31(11) 1460–1474



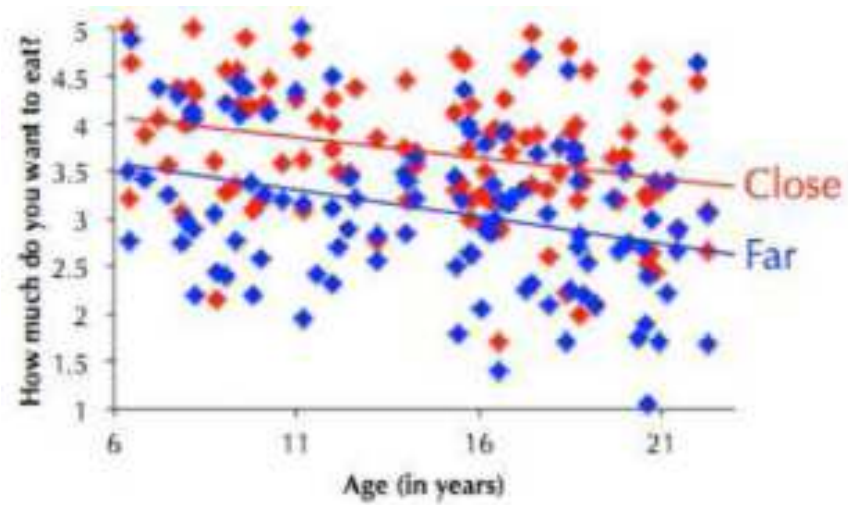
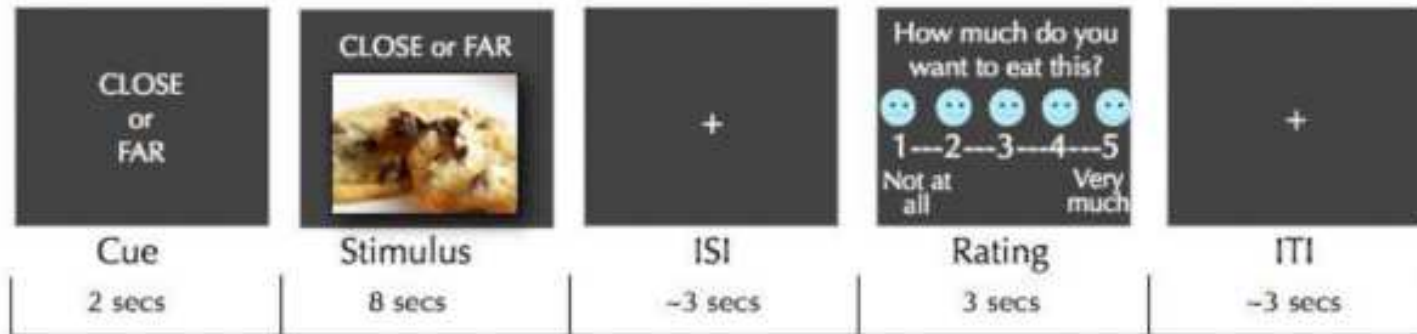
Modificado de Thomsen, KR. et al. *Frontiers in Behav. Neurosc.* 2015;9, 1–23

Desinhibición y patrón de ingesta frecuente en niños

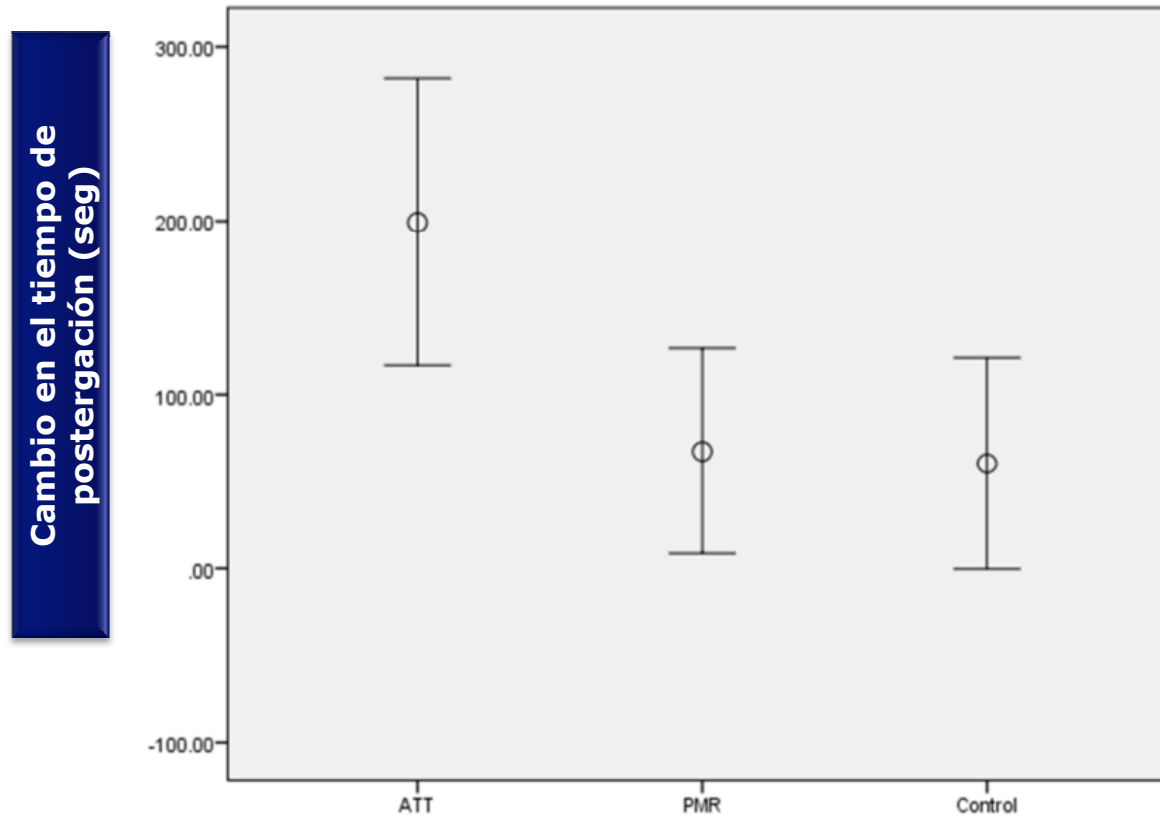


Mayer MA, Catalani, F, Fraire J, Deltetto N y Orden B. Material no publicado





La capacidad de postergación puede entrenarse





Conclusiones

Múltiples factores involucrados en el control de la ingesta

Necesidad de corregir el ambiente obesogénico

Fortalecer las herramientas individuales