
具体来说，与白碗相比，红碗、蓝碗的食物咸度感知较高，其中红碗的食物最不受欢迎。在英国，咸零食通常用蓝色包装出售，研究小组认为这可能解释了一些有关咸味的发现。

该研究作者之一、朴茨茅斯大学心理学系研究员Lorenzo Stafford说：限制饮食会导致营养不足以及心脏病、骨骼和牙齿的健康问题。这也会带来社会成本，因为当挑食者感到尴尬或被迫进食时，家庭成员之间原本愉快的气氛很容易变得紧张，甚至引发冲突。

理解这种‘推-拉’行为的背后因素很重要，这就是原因所在。Stafford解释说。

挑食行为通常被归类为饮食有限、特殊的食物制作、强烈厌恶和难以接受新食物。在一生中，挑食者通常只能接受少于20种的食物。

这项研究被认为是第一次深入了解颜色和味觉之间的相互作用，揭示了不同颜色影响挑食者食物感知的方式。

Stafford表示：这些知识可能对那些试图扩大食物种类的人有用。例如，如果你想鼓励挑食者尝试更多被认为是苦味的蔬菜，就可以尝试将它们放在能增加甜味感知的餐具中。

研究人员希望通过进一步研究，探究除了上述被测试的食物和颜色外，这些发现是否还适用于其他的食物和颜色。

通过进一步研究，我们可以确定如何积极影响一个人饮食的方式，进而影响人的身心健康。Stafford说。（来源：中国科学报 王方）

相关论文信息：<https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2022.104763>

作者：Lorenzo Stafford 来源：《食物质量与偏好》

更多科学进展 请访问 <https://www.iikx.com/news/progress/>

本文版权归原作者所有，请勿用于商业用途，[爱科学iikx.com](https://www.iikx.com)转发