

Guía Docente

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

Titulación:	Grado en Nutrición Humana y Dietética		
Rama de Conocimiento:	Ciencias de la Salud		
Facultad/Escuela:	Ciencias de la Salud		
Asignatura:	Psicología y Alimentación		
Tipo:	Formación Básica	Créditos ECTS:	6
Curso:	1	Código:	1869
Periodo docente:	Segundo semestre		
Materia:	Psicología		
Módulo:	Formación Básica		
Tipo de enseñanza:	Presencial		
Idioma:	Castellano		
Total de horas de dedicación del alumno:	150		

Equipo Docente	Correo Electrónico
María Carretero Sánchez	maria.carretero@ufv.es
Elena Arderius Sánchez	e.arderius@ufv.es

DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

En esta asignatura los alumnos van a conocer teórica y prácticamente la dimensión psicológica de la persona, cómo las emociones afectan en el comportamiento de la alimentación y qué aspectos tienen que tener en cuenta cuando tengan delante a un paciente con un problema de salud mental.

Para ello, se realizarán exposiciones teórico-prácticas en clase, visionado de vídeos, casos prácticos, y se realizarán talleres y seminarios con casos reales y role playing, con los contenidos de la asignatura.

OBJETIVO

Los alumnos conocerán los factores bio-psico-socio-espirituales que inciden en la conducta alimentaria, pudiendo comprender cómo las personas desarrollamos nuestros hábitos relacionados con la alimentación. De esta manera, identificarán cuándo las personas pueden estar padeciendo un trastorno de la conducta alimentaria, para poder identificarla, derivarla a un psicólogo e intervenir conjuntamente de manera interdisciplinar.

CONOCIMIENTOS PREVIOS

No se han establecido.

CONTENIDOS

Parte I. INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA

- Introducción a la Psicología
- Inteligencia emocional
- Estudio de la personalidad
- Pensamiento positivo
- Autoconcepto y autoestima
- Resiliencia
- Sensación y percepción
- Motivación y Sentido de vida.

Parte II. BASES PSICOLÓGICAS DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO

- Bases fundamentales de la Psicología de la Alimentación
- El comportamiento alimentario. Hambre y apetito.
- El papel de los órganos de los sentidos en el comportamiento alimentario.
- Configuración de los hábitos alimentarios. Factores determinantes.
- Distorsiones perceptuales y cognitivas relacionadas con la alimentación.

Parte III. PSICOLOGÍA APLICADA A LA SALUD Y LA ENFERMEDAD

- Alimentación y ciclo evolutivo: niñez, adolescencia, juventud, madurez y vejez.
- La vivencia corporal.
- Reacciones psicológicas generales a la enfermedad
- El duelo
- Concepto de enfermedad mental
- El estrés y la ansiedad
- Trastornos del estado del ánimo
- Trastornos psicóticos
- Las somatizaciones
- Trastornos de la personalidad
- Las drogadicciones
- Trastornos de la conducta alimentaria. Descripción y tipología.

Parte IV. DESARROLLO DE COMPETENCIAS INTERPERSONALES EN EL DIETISTA-NUTRICIONISTA

- El papel del Dietista-Nutricionista en el sistema sanitario español. Contexto y participación en la gestión de los servicios de salud y nutrición. Trabajo en equipos multidisciplinares e interdisciplinares.
- Relación Dietista-Persona. Relación Dietista-Enfermo.
- Utilidad de las técnicas de modificación de conducta en Ciencias de la Salud. Aplicación en el ámbito de la Alimentación y la Nutrición Humana.
- La comunicación interpersonal en la práctica profesional del Dietista-Nutricionista:
- El valor de la comunicación interpersonal
- Naturaleza y tipología psicológica de las formas comunicativas
- Técnicas de negociación, persuasión y resolución de conflictos
- La comunicación no verbal
- La comunicación interpersonal con mediación tecnológica
- La comunicación grupal y organizacional
- Sinergias entre los métodos educativos y las técnicas de comunicación

ACTIVIDADES FORMATIVAS

- Clase expositiva participativa. Se proporcionará a los alumnos información esencial y organizada procedente de diversas fuentes. Además de la exposición oral se utilizarán otros recursos didácticos y se estimulará la participación activa de los alumnos con el fin de facilitar una mayor recepción y comprensión.
- Seminarios teórico-prácticos.
- Trabajos individuales o en grupo.
- Estudio teórico y práctico.
- Trabajo virtual en red.
- Tutorías individuales o grupales. Atención individual o en grupo para solucionar dudas y para seguimiento de habilidades adquiridas.
- Prueba de evaluación final.

DISTRIBUCIÓN DE LOS TIEMPOS DE TRABAJO

ACTIVIDAD PRESENCIAL	TRABAJO AUTÓNOMO/ACTIVIDAD NO PRESENCIAL
60 horas	90 horas

COMPETENCIAS

Competencias básicas

Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados, incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio

Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio

Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética

Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado

Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía

Competencias generales

Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo.

Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional.

Realizar la comunicación de manera efectiva, tanto de forma oral como escrita, con las personas, los profesionales de la salud o la industria y los medios de comunicación, sabiendo utilizar las tecnologías de la información y la comunicación especialmente las relacionadas con nutrición y hábitos de vida.

Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios.

Competencias específicas

Conocer la estadística aplicada a Ciencias de la Salud. Conocer las bases psicológicas y los factores biopsicosociales que inciden en el comportamiento humano.

Conocer los distintos métodos educativos de aplicación en ciencias de la salud, así como las técnicas de comunicación aplicables en alimentación y nutrición humana.

Adquirir habilidades de trabajo en equipo como unidad en la que se estructuran de forma uni o multidisciplinar e interdisciplinar los profesionales y demás personal relacionados con la evaluación diagnóstica y tratamiento de dietética y nutrición.

Conocer el sistema sanitario español y los aspectos básicos relacionados con la gestión de los servicios de salud, fundamentalmente los que estén relacionados con aspectos nutricionales.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Conoce las bases psicológicas y los factores biopsicosociales que inciden en el comportamiento humano.

Conoce y comprende las bases psicológicas de los estados de salud y enfermedad.

Identifica las bases psicológicas del comportamiento alimentario y es capaz de describir e integrar los factores que configuran los hábitos alimentarios.

Conoce y comprende los aspectos fundamentales de los trastornos de la conducta alimentaria.

Conoce y describe el papel del Dietista-Nutricionista en el sistema sanitario y su participación en equipos multidisciplinares e interdisciplinares.

Conoce las técnicas de modificación de conducta de aplicación en ciencias de la salud y, particularmente, en el ámbito de la alimentación y la nutrición humana.

Es capaz de aplicar competencias interpersonales fundamentales para una intervención y comunicación eficaz con un amplio abanico de grupos y personas en situación de salud o enfermedad, particularmente en el ámbito de la alimentación y la nutrición humana.

SISTEMA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

Los resultados de aprendizaje de los alumnos se evaluarán con una metodología que tiene en cuenta las diferentes actividades realizadas durante el curso. El peso de cada actividad de evaluación es el siguiente:

- Evaluación: pruebas escritas u orales con preguntas de desarrollo, de respuesta corta o de tipo test (70%).
- Realización de trabajos y ejercicios individuales y grupales (20%).
- Asistencia y participación en las actividades presenciales en el aula (10%).

BIBLIOGRAFÍA Y OTROS RECURSOS

Básica

Rodríguez-Santos, F. Aranceta, J. y Serra, L. Psicología y Nutrición. (2008) Ed. Elsevier.

Ogden, J. Psicología de la alimentación: comportamientos saludables y trastornos alimentarios (2005). Ed. Morata.

Bernabé, Tierno. Optimismo vital. (2007). Ed. Temas de hoy.

Complementaria

Morris C. y Maisto A. Introducción a la psicología. (2005) Ed. Alianza.

Goleman D. Inteligencia Emocional. (1996). Ed. Kairós SA.

Ortiz-Tallo Alarcón, M. y Cardenal Hernández V. El apasionante mundo de la personalidad. (2004). Ed. Aljibe.

Castanyer, O. La asertividad: expresión de una sana autoestima. (1996) Ed. Desclée De Brouwer.

Rojas, E. (2004) ¿Quién Eres?: De la personalidad a la Autoestima. Ed. Temas de Hoy.

Forés, A. y Grané J. La resiliencia, crecer desde la adversidad. (2011) Ed. Plataforma editorial.

Carlson N. Fundamentos de Psicología Fisiológica. (1996). Ed. Prentice Hall.

Ortigosa Quiles J.M., Quiles Sebastián M.J. y Méndez Carrillo F.X. Manual de psicología de la salud con niños, adolescentes y familia. (2003) Ed. Pirámide.

Fernández-Merino González V. Del cerebro al paladar: La cocina de los seis sentidos. (2021) Ed. Gastrofísica.