



Universidad
de Alcalá



cunimad
Centro de Educación Superior

GUÍA DOCENTE

PSICOLOGÍA Y COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO

**Grado en Nutrición Humana y Dietética
Centro de Educación Superior CUNIMAD
Universidad de Alcalá**

**Curso Académico 2022/23
1^{er} Curso - 2^o Cuatrimestre**

GUÍA DOCENTE

Nombre de la asignatura:	Psicología y comportamiento alimentario
Código:	571008
Titulación en la que se imparte	Grado Nutrición Humana y Dietética
Departamento y Área de Conocimiento:	Centro de Educación Superior CUNIMAD
Carácter:	Obligatoria
Créditos ECTS:	6 ECTS
Curso y cuatrimestre:	1^{er}, 2^o Cuatrimestre
Profesorado:	Dña. Nuria Molinero Caravantes
Horario de Tutoría:	Se establecerá el primer día de clase
Idioma en el que se imparte:	Español

1. PRESENTACIÓN

Es sabido que la alimentación, al igual que otras conductas como la sexualidad, agresividad etc., está regulada principalmente por el sistema nervioso central, en este caso por el hipotálamo, desde los centros del hambre y la saciedad; y secundariamente por el estómago.

Además del sustrato biológico y sociocultural, la alimentación está siempre relacionada con el resto de nuestra psique. Esta asignatura tiene que partir del estudio de la personalidad como centro integrador del psiquismo humano y de sus numerosas funciones, partiendo de la conciencia, pasando por la percepción, el pensamiento, los sentimientos e impulsos y terminando en el aprendizaje.

Una vez conocidas y aprendidas las bases ya podemos centrarnos en el comportamiento alimentario, sin olvidar que lo psicológico está íntimamente relacionado con lo biológico y sociocultural; no debiendo conceptualizarlos ni manejarlos como compartimentos estancos.

Por último, una vez conocido el funcionamiento del comportamiento alimentario «normal», nos centraremos en la patología relacionada con este, apoyándonos en las clasificaciones de la OMS (CIE-10) y de la Asociación de Psiquiatría Americana (DSM-5); con sus categorías principales de anorexia nerviosa, bulimia nerviosa y

trastorno por atracón, añadiendo alguna de posible incorporación futura, como la vigorexia.

A la hora de los tratamientos, en consonancia con los contenidos de la asignatura, nos centraremos en los psicológicos, sin olvidar que siempre tienen que ir acompañados de los biológicos (médico – nutricional), así como de intervenciones en el medio sociocultural.

2. COMPETENCIAS

Competencias generales:

1. Reconocer los elementos esenciales de la profesión del Dietista-Nutricionista, incluyendo los principios éticos y responsabilidades legales en el ejercicio de la profesión, aplicando el principio de justicia social a la práctica profesional y desarrollándola con respeto a las personas, sus hábitos, creencias y culturas.
2. Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo.
3. Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional.
4. 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 la nutrición y hábitos de vida.

Competencias específicas:

1. Conocer la estadística aplicada a Ciencias de la Salud. Conocer las bases psicológicas y los factores biopsico-sociales que inciden en el comportamiento humano.
2. Conocer la evolución histórica, antropológica y sociológica de la alimentación, la nutrición y la dietética en el contexto de la salud y la enfermedad.
3. Conocer los distintos métodos educativos de aplicación en ciencias de la salud, así como las técnicas de comunicación aplicables en alimentación y nutrición humana.
4. Conocer las bases y fundamentos de la alimentación y la nutrición humana.

5. 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.
6. Describir los fundamentos antropológicos de la alimentación humana. Describir y argumentar las desigualdades culturales y sociales que pueden incidir en los hábitos de alimentación

3. CONTENIDOS

Bloques de contenido (se pueden especificar los temas si se considera necesario)	Total de clases, créditos u horas
Tema 1. Bases bio-psico-sociales del comportamiento humano y alimentario. Factores implicados en el comportamiento humano. Finalidad del comportamiento humano: socialización. Teorías del aprendizaje.	<ul style="list-style-type: none"> • 1h T
Tema 2. Principios psicológicos básicos. Personalidad, Memoria, Atención Pensamiento	<ul style="list-style-type: none"> • 1h T • 1h taller virtual
Tema 3. Psicología del lenguaje y la comunicación alimentaria Lenguaje: concepto. Pensamiento y lenguaje. Lenguaje y comunicación. El alimento como símbolo.	<ul style="list-style-type: none"> • 1h T
Tema 4. Psicología de la sensación y de la percepción. La sensación. La percepción. La percepción del alimento.	<ul style="list-style-type: none"> • 1h T
Tema 5. Psicología de las emociones y de la alimentación El significado de las emociones. Bases teóricas de las emociones. El vínculo entre emoción y alimentación.	<ul style="list-style-type: none"> • 1h T

<p>Tema 6. Psicología del impulso alimenticio. El instinto alimenticio. El impulso alimenticio. Motivación y comportamiento alimenticio. Gula y moderación.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1h T
<p>Tema 7. Conceptos de salud y enfermedad. Salud y enfermedad Normalidad y anormalidad psíquica.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1h T
<p>Tema 8. Trastornos del comportamiento alimentario (TCA): Historia ,epidemiología y etiopatogenia Evolución de los TCA en la historia Epidemiología Etiopatogenia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1h T
<p>Tema 9. Clínica, diagnóstico y evolución de la Anorexia Nerviosa Clínica de la Anorexia Nerviosa. Criterios diagnósticos Diagnóstico diferencial. Evolución y pronóstico. Comorbilidad psiquiátrica. Complicaciones orgánicas. Aspectos generales del tratamiento</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1h T
<p>Tema 10. Clínica, diagnóstico y evolución de la Bulimia y del Trastorno por atracón. Otros trastornos de la Conducta alimentaria. Bulimia Nerviosa: clínica, diagnóstico, comorbilidad, evolución. Trastorno por atracón: clínica, diagnóstico, comorbilidad, evolución. Otros trastornos de la conducta alimentaria.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 2h T • 1h taller virtual
<p>Tema 11. Obesidad: Aspectos psicológicos y psicopatológicos. Relación con los TCA. Concepto de obesidad y clasificación. Epidemiología y Etiopatogenia Repercusiones de la Obesidad. Tratamientos psicológicos de la Obesidad. Relación Obesidad con Trastornos de la Conducta alimentaria.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1h T
<p>Tema 12. Tratamientos Psicológicos actuales de los TCA Principios básicos de las terapias Los Modelos integradores Proceso de evaluación Proceso de Intervención</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 2h T

<p>Tema 13. El abordaje multidisciplinar de los TCA La comunicación interdisciplinar. Hacia un modelo integrador de la psicología de la alimentación. El papel del nutricionista en el tratamiento. La prevención de los TCA.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1h T
TOTAL	<ul style="list-style-type: none"> • 17 horas

4. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.-ACTIVIDADES FORMATIVAS

4.1. Distribución de créditos (especificar en horas)

Número de horas presenciales:	Sesiones presenciales virtuales 15 Talleres de prácticas virtuales 2 Realización del examen final presencial 2 Tutorías 5 Total : 24 horas
Número de horas del trabajo propio del estudiante:	Lecciones magistrales 6 Estudio del material básico 50 Lectura material complementario 25 Trabajos, casos prácticos, test. 21 Talleres de prácticas virtuales 6 Tutorías 11 Trabajo colaborativo 7 Total : 126 horas
Total horas	150h

4.2. Estrategias metodológicas, materiales y recursos didácticos

<p>En las actividades presenciales</p>	<p>Grupo grande (T): clases expositivas y discusión virtuales síncronas con el alumnado. Se expondrán los contenidos de los temas, se explicarán los conceptos más importantes y se resolverán cuestiones que ayuden a la comprensión de los conceptos. Para favorecer la participación de los alumnos y la interacción con el profesor se podrán utilizar dinámicas participativas como chat y/o audio. El profesor dispone de una pizarra electrónica que los alumnos visualizan en tiempo real. También se permite al alumno acceder a las grabaciones de las sesiones presenciales virtuales de las asignaturas, de manera que puede ver la clase en diferido.</p> <p>Asimismo, se realizarán Talleres de prácticas virtuales síncronos y con posibilidad de verlos en diferidos, en los que se</p>
-----------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>trabajarán casos prácticos y resolución de problemas.</p> <p>Materiales y recursos a utilizar para el desarrollo de cada actividad: material docente audiovisual preparado por el profesor (vídeos y presentaciones PowerPoint), de laboratorio (material específico para cada práctica y guiones de prácticas), materiales en red (Plataforma Canvas, Webs recomendadas para simulación y prácticas), etc.</p>
<p>En las actividades no presenciales</p>	<p>Estudio autónomo. Análisis y asimilación de los contenidos de la materia, resolución de problemas, consulta bibliográfica, lecturas recomendadas, uso de aplicaciones virtuales de simulación, preparación de trabajos individuales y/o grupales y pruebas de autoevaluación.</p> <p>Utilización del chat y de los foros accesibles a través del campus virtual para favorecer el contacto de los alumnos con el profesorado de la asignatura fuera del aula, así como facilitar su acceso a información seleccionada y de utilidad para su trabajo no presencial.</p>

5. EVALUACIÓN: Procedimientos, criterios de evaluación y de calificación

En cada curso académico el estudiante tendrá derecho a disponer de dos convocatorias, una ordinaria y otra extraordinaria. La convocatoria ordinaria estará basada en la evaluación continua, salvo en aquellos casos contemplados en la normativa de evaluación de la UAH en los que el alumno podrá acogerse a un procedimiento de evaluación final. Para acogerse a este procedimiento de evaluación final, el estudiante tendrá que solicitarlo por escrito al Coordinador de la Titulación en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura, explicando las razones que le impiden seguir el sistema de evaluación continua.

En el caso de aquellos estudiantes que por razones justificadas no tengan formalizada su matrícula en la fecha de inicio del curso o del periodo de impartición de la asignatura, el plazo indicado comenzará a computar desde su incorporación a la titulación. La solicitud será resuelta por la Dirección Académica, tras valorar la documentación aportada, y podrá ser aceptada o no.

Criterios de evaluación y de calificación:

- Participación activa en las clases y actividades propuestas.
- Conocimiento y comprensión de conceptos, fundamentos y metodologías.

- Aplicación e integración de los contenidos a situaciones y problemas concretos.
- Resolución comprensiva de ejercicios y cuestiones.
- Sentido crítico y argumentación coherente en las ideas.
- Estudio y planificación de las sesiones prácticas, previo a su realización.
- Cumplimiento de las normas de seguridad en el laboratorio.
- Destreza en la realización de las prácticas en el laboratorio, análisis de datos e interpretación razonada de los resultados.

Por tratarse de una materia de carácter marcadamente experimental y técnica, la realización y superación de los talleres prácticos virtuales es obligatoria para todos los alumnos que cursen la asignatura, tanto en convocatoria ordinaria (evaluación continua como final) como en convocatoria extraordinaria.

Convocatoria Ordinaria

Evaluación Continua:

Se valorará la participación activa de los alumnos en todas las actividades realizadas, así como las habilidades desarrolladas durante las enseñanzas prácticas. Los alumnos deberán demostrar un nivel mínimo (50% de la calificación total de las actividades) en la adquisición de las competencias correspondientes para superar la asignatura.

La realización y superación de los talleres prácticos virtuales se consideran imprescindibles, tanto en convocatoria ordinaria (evaluación continua y final) como extraordinaria

Si el estudiante no participa en el proceso de enseñanza-aprendizaje realizando y entregando todas **las actividades obligatorias** propuestas por el docente se considerará suspenso en la **convocatoria ordinaria**.

La prueba de evaluación final presencial debe ser aprobada por el alumno para poder aplicar los porcentajes de ponderación establecidos en esta guía y superar la asignatura.

El aprendizaje de cada alumno se valorará mediante datos objetivos procedentes de:

	PONDERACIÓN MIN	PONDERACIÓN MAX
<i>Actividades de evaluación continua</i>		
Participación en foros y otros medios participativos	5	10
Realización de trabajos, proyectos y casos	20	30
Realización de Talleres Virtuales	20	20
Test de autoevaluación	5	10
<i>Prueba de evaluación final presencial</i>	40	40

Participar en la evaluación continua supone consumir la convocatoria ordinaria.

Evaluación Final:

Evaluación final:

Se realizará una prueba presencial, que constará de las siguientes partes:

1. Parte teórica que consistirá en:
 - Un examen de preguntas de diferente tipología sobre el contenido teórico que supone un 40% de la nota final
 - Un examen de preguntas de diferente tipología sobre las actividades obligatorias de la asignatura que supone un 40% de la nota.

Para aprobar la asignatura es necesario aprobar cada parte con una nota mínima de 5.

2. Parte práctica (20%). En el supuesto de que el alumno haya realizado y no superado los talleres prácticos virtuales, deberán realizar un examen que consistirá en una prueba, de diferente tipología, relativa a los talleres prácticos virtuales.

Para aprobar la prueba de evaluación final es necesario superar ambas partes con nota igual o superior a 5.

Convocatoria Extraordinaria

En el caso de que el estudiante, tras la evaluación en convocatoria ordinaria, no adquiera las competencias descritas en esta guía, podrá realizar la convocatoria extraordinaria que seguirá los mismos criterios de la evaluación y calificación que la convocatoria ordinaria (continua o final).

Consistirá en una prueba presencial con preguntas, problemas y/o ejercicios que permitan valorar la adquisición por parte del estudiante de las competencias de dicha asignatura.

Para optar a la convocatoria extraordinaria, los estudiantes habrán tenido que realizar todos los talleres prácticos virtuales.

Los alumnos que hayan realizado y no superado los talleres prácticos virtuales, deberán realizar una prueba específica de los contenidos correspondientes, que deberán superar con nota igual o superior a 5.

En el supuesto de que el estudiante, por causas justas justificadas, no haya podido realizar los talleres prácticos virtuales, deberán realizar un examen práctico consistente en la realización de una prueba específica, que deberán superar con nota igual o superior a 5.

En el caso de que en la convocatoria ordinaria se haya aprobado la parte correspondiente a la evaluación continua se considera que el estudiante ha adquirido esas competencias, por lo que no es necesario que realice un examen correspondiente a esa parte.

6. BIBLIOGRAFÍA

Bibliografía complementaria

1. Baile Ayensa JI, González Calderón MJ. Trastorno por atracón: diagnóstico, evaluación y tratamiento. Madrid: Pirámide; 2016.
2. Calvo R. Anorexia y bulimia. Guía para padres, educadores y terapeutas. Barcelona Planeta; 2002.
3. Delgado Salazar R. Comida y cultura: identidad y significado en el mundo contemporáneo. Estudios de Asia y África. 2001; 36(1): 83-108.
4. Delibes M. Las guerras de nuestros antepasados. Barcelona: Planeta; 1997.
5. Díaz D. Psicología médica. Madrid: Elsevier; 2014.
6. Duhigg C. El poder de los hábitos. Barcelona: Urano; 2012.
7. Fernández Abascal E. Psicología de la emoción. Madrid: Universitaria Ramón Areces; 2010.
8. García-Camba E. Avances en trastornos de la conducta alimentaria: anorexia nerviosa, bulimia nerviosa, obesidad. Barcelona: Masson; 2001.
9. Gómez C, Loria V. Manual teórico práctico de educación nutricional en los trastornos de la conducta alimentaria: reaprendiendo a comer. Madrid: Editores Médicos; 2010
10. Martínez MA. Todo sobre los trastornos de la conducta alimentaria. Tarragona: Altaria; 2015.
11. Morande G, Graell M, Blanco MA. Trastornos de la conducta alimentaria y obesidad. Madrid: Panamericana; 2014.
12. Ogden J. Psicología de la alimentación. Madrid: Ediciones Morata; 2005.
13. Peña E, Reide L. Las emociones y la conducta alimentaria. Acta de Investigación Psicológica. 2015; 5(3): 2182-2193.

7. OBSERVACIONES

Si las autoridades sanitarias consideraran necesaria la suspensión de la actividad docente presencial o las circunstancias de la asignatura lo requieren, la docencia, o parte de la misma, continuaría con la metodología online hasta que se levantara la suspensión, momento en el que se volvería a la modalidad presencial.