

Guía Docente: Psicología y Nutrición

DATOS GENERALES	
Facultad	Facultad de Ciencias de la Salud
Titulación	Grado en Nutrición Humana y Dietética
Plan de estudios	2012
Materia	Psicología
Carácter	Básico
Período de impartición	Primer Trimestre
Curso	Segundo
Nivel/Ciclo	Grado
Créditos ECTS	6
Lengua en la que se imparte	Castellano
Prerrequisitos	Los propios de acceso al Grado de Nutrición Humana y Dietética.

DATOS DEL PROFESORADO			
Profesor Responsable	Andrea Arroyo Fernandez	Correo electrónico	andrea.arroyo.fernandez@ui1.es
Área		Facultad	Facultad de Ciencias de la Salud
Perfil Profesional 2.0	https://andreaarroyo.es/		

CONTEXTUALIZACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE LA ASIGNATURA	
Asignaturas de la materia	<ul style="list-style-type: none"> • Psicología y Nutrición
Contexto y sentido de la asignatura en la titulación y perfil profesional	<p>Se puede decir que la asignatura de Psicología y Nutrición tiene un carácter transversal, esto es, enriquece las asignaturas específicas del Grado, partiendo de la importancia que tiene conocer las causas del comportamiento, y específicamente las bases psicológicas del comportamiento alimentario, para poder desarrollar intervenciones con mayor tasa de éxito. Igualmente permite enriquecer los contenidos de otras asignaturas enseñando técnicas psicológicas de evaluación e intervención (tratando los aspectos psicológicos deben tenerse en cuenta al relacionarse con un paciente o cliente).</p> <p>Por tanto, el objetivo de esta asignatura es comprender los procesos y mecanismos psicológicos (cognitivos, motivacionales y emocionales) a través de los cuales las personas desarrollan sus hábitos alimenticios.</p> <p>Igualmente, permite indagar en los componentes clínicos de los trastornos de conducta alimentaria (anorexia, bulimia,...), entendidas correctamente desde un punto de vista psicopatológico.</p> <p>Esta comprensión del componente psicológico permite indagar en las habilidades fundamentales que el nutricionista debe desarrollar durante las entrevistas y procesos de evaluación y valoración de sus pacientes.</p>

COMPETENCIAS QUE ADQUIERE EL ESTUDIANTE Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE	
Competencias de la asignatura	<ul style="list-style-type: none"> • CE-39: Adquirir la formación científica básica aplicada a la Nutrición Humana y Dietética en sus diferentes manifestaciones, siendo capaces de formular hipótesis, recoger e interpretar información para la resolución de problemas siguiendo el método científico, y comprendiendo la importancia de las limitaciones del pensamiento científico en materia sanitaria y Nutricional. • CE-26: Elaborar, aplicar, evaluar y mantener prácticas adecuadas de higiene, seguridad alimentaria y sistemas de control de riesgos, aplicando la legislación vigente. • CE-25: Ser capaz de participar en actividades de promoción de la salud y prevención de trastornos alimentarios. • CE-21: Comprender y utilizar la terminología empleada en ciencias de la salud. • CE-17: Conocer los aspectos fisiopatológicos de las enfermedades relacionadas con la nutrición, aplicando los conocimientos en nutrición clínica a la dietoterapia. • CE-14: Interpretar el diagnóstico nutricional, evaluar los aspectos Nutricionales de una historia clínica y realizar el plan de actuación dietética. • CE-13: Conocer, detectar precozmente y valuar las desviaciones cuantitativas y cualitativas, del balance energético y nutricional. • CE-12: Identificar las bases de una alimentación saludable. Participar en el diseño de dieta total. • CE-08: Integrar y evaluar la relación entre la alimentación y la nutrición en estado de salud y en situaciones patológicas. • CE-07: Conocer los nutrientes, su función en el organismo, su biodisponibilidad, las necesidades y recomendaciones, y las bases del equilibrio energético nutricional. • CB-05: Desarrollar aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía. • CB-04: Transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado. • CB-03: 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.

- CB-02: Saber 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.
- CG-18: Conocer y actuar dentro de los principios éticos necesarios para el correcto ejercicio profesional.
- CG-17: Desarrollar hábitos de excelencia y calidad en el ejercicio profesional.
- CG-16: Desarrollar competencias para la adaptación a nuevas situaciones, resolución de problemas y para el aprendizaje autónomo.
- CG-15: Desarrollar habilidades de liderazgo, relación interpersonal y trabajo en equipo.
- CG-14: Saber aplicar las tecnologías de la información y comunicación (TIC) al ámbito de la nutrición humana y la dietética.
- CG-12: Promover y evaluar la adquisición de buenos hábitos alimenticios, perdurables y autónomos.
- CG-11: Diseñar, desarrollar y evaluar métodos educativos de aplicación relativos a la Nutrición Humana y Dietética de forma individual y personalizada para cada paciente.
- CG-09: Conocer y comprender los efectos de los hábitos alimenticios sobre aspectos psicológicos y sociales del ser humano.
- CG-08: Conocer los fundamentos químicos, bioquímicos y biológicos en Nutrición Humana y Dietética.
- CG-07: Conocer y comprender la evolución histórica, antropológica y sociológica de la alimentación, la nutrición y la dietética en el contexto.
- CG-06: Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios.
- CG-05: 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.
- CG-04: Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional.
- CG-03: Reconocer la necesidad de mantener y actualizar la competencia profesional, prestando especial importancia al aprendizaje, de manera autónoma y continuada, de nuevos conocimientos, productos y técnicas en nutrición y alimentación, así como a la motivación por la calidad.
- CG-02: Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo.
- CU-17: Ser capaz de concluir adecuadamente la tesis de la exposición basándose en modelos, teorías o normas, etc.
- CU-16: Saber transmitir un informe técnico de la especialidad.
- CU-15: Utilizar una adecuada estructura lógica y un lenguaje apropiado para el público no especialista y escribir con corrección.
- CU-13: Aceptar y defender el derecho de los diferentes, llegando incluso ante la desigualdad compensatoria, particularmente en los casos de personas con disminución de su autonomía personal.
- CU-11: Comprender y saber actuar ante situaciones en las que proceda defender la igualdad, particularmente las de género y las de oportunidades.
- CU-10: Reconocer y saber resolver problemas que afecten a derechos fundamentales de las personas y a valores democráticos.
- CU-06: Aprender a trabajar individualmente de forma activa.
- CU-05: Realizar investigaciones basándose en métodos científicos que promuevan un avance en la profesión.
- CU-04: Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) para poner en marcha procesos de trabajo ajustados a las necesidades de la sociedad

	<p>actual.</p> <ul style="list-style-type: none"> • CU-03: Utilizar la expresión oral y escrita de forma adecuada en contextos personales y profesionales. • CU-02: Identificar y dar valor a las oportunidades tanto personales como profesionales, siendo responsables de las actuaciones que se pongan en marcha, sabiendo comprometer los recursos necesarios, con la finalidad de realizar un proyecto viable y sostenible para uno mismo o para una organización.
Resultados de aprendizaje de la asignatura	<ul style="list-style-type: none"> • Adquiere conocimientos sobre el comportamiento humano y los procesos psicológicos básicos implicados en la nutrición. • Sabe interpretar una historia clínica integrando los factores biológicos, psicológicos y sociales que influyen en la alimentación humana. • Adquiere conocimientos sobre las características psicológicas y psicopatológicas del proceso de alimentación en las diferentes etapas de la vida. • Adquiere conocimientos sobre las psicopatologías derivadas de la nutrición (anorexia nerviosa, bulimia nerviosa, trastorno por atracón y otros trastornos de la alimentación que pudieran ser objeto de atención clínica). • Sabe aplicar sus conocimientos al diagnóstico, a la evaluación y al tratamiento de los trastornos de la alimentación. • Desarrolla una comunicación empática y assertiva con el paciente, sus familiares y otros miembros del equipo multidisciplinar. • Conoce y aplica estrategias de abordaje terapéutico tanto en pacientes activos como en situaciones de resistencia y falta de adherencia al tratamiento, en base al entrenamiento en habilidades de comunicación.

PROGRAMACION DE CONTENIDOS	
Breve descripción de la asignatura	<p>La presente materia aporta conocimientos teórico-prácticos sobre los factores biológicos, psicológicos y sociales implicados en la nutrición y sobre el comportamiento alimentario a través del análisis de la conducta desde la infancia hasta la aparición de trastornos alimentarios.</p> <p>Incluye, además, el estudio de los diferentes trastornos psicológicos asociados con problemas de alimentación, sus características, signos y síntomas para que el alumno/a pueda adquirir una visión más amplia de su campo de acción, y así poder aplicar juicio crítico, para una relación empática durante la interacción con el paciente.</p>
Contenidos	<p>Unidad didáctica 1. Introducción a la Psicología y nutrición.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conceptos psicológicos básicos. • Psicología y nutrición en diferentes etapas vitales. • Modelos explicativos. <p>Unidad didáctica 2. Trastornos de la Conducta Alimentaria (I).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Epidemiología, comorbilidad y curso en TCA. • Anorexia Nerviosa y Bulimia Nerviosa. • Instrumentos de Evaluación. <p>Unidad didáctica 3. Trastornos de la Conducta Alimentaria (II).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trastorno por Atracón. • Ortoxia. • Vigorexia. • Redes sociales y TCA. <p>Unidad didáctica 4. Deporte, prevención y regulación emocional en TCA.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ejercicio físico. • Prevención en TCA. • Regulación emocional en TCA. <p>Unidad didáctica 5. TCA y Grupos especiales.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Personalidad y Trastornos de la Conducta Alimentaria. • El paciente Crónico. • TCA y Diabetes. • TCA y embarazo. <p>Unidad didáctica 6. Intervención en TCA.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Intervenciones terapéuticas. • Intervención en comportamientos patológicos. • Intervenciones eficaces en TCA. • Entrevista motivacional. • Terapia familiar.

METODOLOGÍA

Actividades formativas	<p>Prueba de Evaluación por Competencias (PEC)</p> <p>En el caso de optar por la opción 2 de evaluación (PEC+ examen final), el estudiante tendrá que realizar la prueba de evaluación de competencias (PEC). Esta prueba se define como una actividad integradora a través de la cual el estudiante deberá demostrar la adquisición de competencias propuestas en la asignatura, vinculadas principalmente al «saber hacer». Para ello hará entrega de un conjunto de evidencias en respuesta a los retos propuestos en esta prueba. La entrega se realizará según la temporalización disponible en el aula virtual.</p>
-------------------------------	--

EVALUACIÓN

Sistema evaluativo	<p>El sistema de calificaciones estará acorde con la legislación vigente (<i>Real Decreto 1125/2003, de 5 de septiembre, por el que se establece el sistema europeo de créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y de validez en todo el territorio nacional</i>).</p> <p>El sistema de evaluación queda configurado de la siguiente manera:</p> <p>Convocatoria ordinaria</p> <p>Los estudiantes deberán realizar una Prueba de evaluación de competencias (PEC) y un Examen final presencial (EX).</p> <p>La PEC se propone como una prueba que el docente plantea con el objetivo de evaluar en qué medida el estudiante adquiere las competencias definidas en su asignatura. Dicha prueba podrá ser de diversa tipología, ajustándose a las características de la asignatura y garantizando la evaluación de los resultados de aprendizaje definidos. Esta prueba supone el 50% de la calificación final.</p> <p>El Examen final presencial supondrá el 50% de la calificación final.</p> <p>El estudiante debe de haber obtenido una puntuación mínima de un 4 en cada una de las partes de las que consta el sistema de evaluación.</p> <p>Se considerará que el estudiante supera la asignatura en la convocatoria ordinaria siempre y cuando al aplicar los porcentajes correspondientes se alcance una calificación mínima de un 5.</p> <p>Convocatoria extraordinaria</p> <p>Todos los estudiantes, que no superen las pruebas evaluativas en la convocatoria ordinaria, tendrán derecho a una convocatoria extraordinaria.</p> <p>La convocatoria extraordinaria completa consistirá, en la realización de una Prueba de evaluación de competencias que supondrá el 50% de la calificación final y un Examen final presencial cuya calificación será el 50% de la calificación final.</p>
---------------------------	--

Para la aplicación de los porcentajes correspondientes el estudiante debe de haber obtenido una nota mínima de un 4 en cada una de las partes de las que consta el sistema de evaluación de la convocatoria extraordinaria.

Los estudiantes que hayan suspendido todas las pruebas evaluativas en convocatoria ordinaria (Prueba de evaluación de competencias y Examen final) o no se hayan presentado, deberán realizar la convocatoria extraordinaria completa, como se recoge en el párrafo anterior.

En caso de que hayan alcanzado una puntuación mínima de un 4 en alguna de las pruebas evaluativas de la convocatoria ordinaria (Prueba de evaluación de competencias o Examen final) se considerará su calificación para la convocatoria extraordinaria, debiendo el estudiante presentarse a la prueba que no haya alcanzado dicha puntuación o que no haya realizado.

En el caso de que el alumno obtenga una puntuación que oscile entre el 4 y el 4,9 en las dos partes en que se compone la convocatoria ordinaria (PEC y Examen) solo se considerará para la convocatoria extraordinaria la nota obtenida en la Prueba de evaluación de competencias, debiendo el alumno realizar el examen extraordinario para poder superar la asignatura.

Al igual que en la convocatoria ordinaria se entenderá que el alumno ha superado la materia en convocatoria extraordinaria, si aplicando los porcentajes correspondientes, se alcanza una calificación mínima de un 5.

BIBLIOGRAFÍA Y OTROS RECURSOS

Bibliografía básica	<p>Morandé, G. (2014). <i>Trastornos de la conducta alimentaria y obesidad. Un enfoque integral</i>. Editorial médica Panamericana.</p> <p>Un libro que se caracteriza por el estudio de los TCA y la obesidad desde una perspectiva integral, explicando tanto las características clínicas como los factores subyacentes a este tipo de patologías.</p> <p>Raich, R.M. (2017). <i>Anorexia, bulimia y otros trastornos alimenarios</i>. Editorial Pirámide.</p> <p>Un libro que se caracteriza por el estudio de la descripción de los principales tipos de trastornos de la conducta alimentaria: anorexia, bulimia nerviosa y trastorno por atracón.</p>
Bibliografía complementaria	<p>Baile JI. Vigorexia: cómo reconocerla y evitarla. Síntesis; 2005</p> <p>Baile JI, González Calderón, MJ. Trastorno por atracón: Diagnóstico, evaluación y tratamiento. Pirámide; 2016.</p> <p>Casado MI. Obesidad y trastorno por atracón. Editorial Grupo 5; 2015.</p> <p>Hervás G. Psicopatología de la regulación emocional: El papel de los déficits emocionales en los trastornos clínicos. <i>Behavioral Psychology</i>, 2017; 19(2), 347-372.</p> <p>National Institute for Health and Clinical Excellence. NICE. Eating disorders: recognition and treatment. Clinical Guideline NG69. London. 2017.</p> <p>Toro J. El adolescente en su mundo: Riesgos, problemas y trastornos. Pirámide; 2010.</p>
Otros recursos	<p>Consejo General de la Psicología de España. [Internet]. España: Cop.com; 2015 [actualizado el 17 de junio de 2022]. Disponible en: http://www.cop.es/</p> <p>American Psychological Association. [Internet]. América: APA; 2022 [actualizado el 17 de junio de 2022]. Disponible en: http://www.apa.org/</p> <p>Ilusiones ópticas y paradojas ¿ver para creer? [Internet]. Inglaterra: Scientific Psychic; 2022 [actualizado el 17 de junio de 2022]. Disponible en: http://www.scientificpsychic.com/graphics/ilusiones-opticas.html</p> <p>Sociedad Española de Psicología Comparada [Internet]. España: SEPC; 2020 [actualizado el 17 de junio de 2022]. Disponible en: http://www.sepc.org.es/inicio.html</p> <p>Asociación Española de Psicología Conductual. [Internet]. España: AEPC; 2005 [actualizado el 17 de junio de 2022]. Disponible en: http://www.aepc.es</p> <p>Asociación Española para el Estudio de los Trastornos de la Conducta Alimentaria. [Internet]. España: AEETCA; 2022 [actualizado el 17 de junio de 2022]. Disponible en: https://www.aeetca.com/</p> <p>Asociación Nacional de trastornos alimentarios. [Internet]. España: ANTA; 2022 [actualizado el 17 de junio de 2022]. Disponible en: https://www.nationaleatingdisorders.org/</p>