

# Guía Docente

Modalidad Semipresencial

## Psicología del Comportamiento Alimentario

Curso 2018/19

**G**rado en Nutrición y  
dietética



**UCAV**

[www.ucavila.es](http://www.ucavila.es)



1



## Datos descriptivos de la Asignatura

<b>Nombre:</b>	PSICOLOGÍA DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO FORMACIÓN BÁSICA
<b>Carácter:</b>	FORMACIÓN BÁSICA
<b>Código:</b>	20103GJ
<b>Curso:</b>	2º
<b>Duración (Semestral/Anual):</b>	SEMESTRAL
<b>Nº Créditos ECTS:</b>	6
<b>Prerrequisitos:</b>	NINGUNO
<b>Responsable docente:</b>	Alejandra R. Melero Ventola. Doctora en Psicología.
<b>Email:</b>	arebeca.melero@ucavila.es
<b>Departamento (Área Departamental):</b>	Facultad de Ciencias y Artes
<b>Lengua en la que se imparte:</b>	CASTELLANO
<b>Módulo:</b>	FORMACIÓN BÁSICA COMÚN
<b>Materia:</b>	Psicología

2



## Objetivos y competencias

### 2.1. COMPETENCIAS BÁSICAS Y GENERALES

#### Competencias básicas

- CB1 - 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

- CB2 - 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
- CB3 - 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
- CB4 - Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado;
- CB5 - Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

### Competencias Generales

- CG5. 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.
- CG6. Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios.
- CG7. Tener la capacidad de elaborar informes y cumplimentar registros relativos a la intervención profesional del Dietista-Nutricionista.
- CG16. Interpretar el diagnóstico nutricional, evaluar los aspectos nutricionales de una historia clínica y realizar el plan de actuación dietética.
- CG29. Adquirir la formación básica para la actividad investigadora, siendo capaces de formular hipótesis, recoger e interpretar la información para la resolución de

problemas siguiendo el método científico, y comprendiendo la importancia y las limitaciones del pensamiento científico en materia sanitaria y nutricional

### **COMPETENCIAS TRANSVERSALES**

- CT1. Capacidad de análisis y síntesis.
- CT3. Capacidad de resolución de problemas.
- CT4. Capacidad para el trabajo en equipo.
- CT5. Capacidad para el trabajo en un contexto internacional.
- CT6. Capacidad de razonamiento crítico.
- CT7. Capacidad de aprendizaje autónomo.
- CT10. Capacidad para aplicar los conocimientos en la práctica.
- CT15 Adquisición de habilidades de búsqueda y aplicación de criterios científicos y metodológicos para seleccionar y valorar la información de Internet.

### **2.2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**

- CE3. Conocer la estadística aplicada a Ciencias de la Salud. Conocer las bases psicológicas y los factores biopsico-sociales que inciden en el comportamiento humano.
- CE5. Conocer los distintos métodos educativos de aplicación en ciencias de la salud, así como las técnicas de comunicación aplicables en alimentación y nutrición humana.

### **2.3. RESULTADOS DE APRENDIZAJE**

#### **El alumno habrá adquirido:**

- Conocimientos básicos sobre los factores biológicos, psicológicos y sociales causantes de trastornos mentales y relacionados con la conducta alimentaria.
- Conocimientos básicos sobre psicopatología humana.

- Conocimientos para identificar y evaluar los trastornos de la conducta alimentaria.

### 3.1. PROGRAMA

1. INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA DEL COMPORTAMIENTO ALIMENTARIO.
2. LA IMAGEN CORPORAL Y LOS TRASTORNOS DE LA ALIMENTACIÓN
3. CLASIFICACIÓN DE LOS TRASTORNOS DE LA ALIMENTACIÓN
  - 3.1 ANOREXIA NERVIOSA
  - 3.2 BULIMIA NERVIOSA:
  - 3.3 TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA NO ESPECIFICADOS (TCANE Y TRASTORNO POR ATRACÓN)
  - 3.4 OBESIDAD
4. EVALUACIÓN DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA.
5. PAUTAS DE ACTUACIÓN/INTERVENCIÓN ANTE LOS TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA.

### 3.2. BIBLIOGRAFÍA

- Andrés, V. (2002). *Programa de Prevención y Detección precoz de los trastornos de la alimentación*. Madrid, España: EOS.
- Beck, J. (2007). *El método Beck para adelgazar: Entrene su mente para pensar como una persona delgada*. Barcelona, España: Gedisa.
- Bell, L. Y Rushforth, J. (2008). *Superar una imagen corporal distorsionada: un programa para personas con trastornos alimentarios*. Madrid, España: Alianza Editorial.
- Calado, M. (2010). *Trastornos alimentarios: Guías de psicoeducación y autoayuda*. Madrid, España: Pirámide.

- Chinchilla, A. (2003). *Trastornos de conducta alimentaria: anorexia nerviosa y bulimia nerviosa, obesidad y atracones*. Barcelona, España : Masson
- Díaz-Urbina, D., Escartín, R. E., López-Alonso, V.E., y Mancilla, J. M. (2018). Efectos de una dieta con alto contenido de grasas sobre patrones conductuales alimentarios. *Acta Colombiana de Psicología* , 21(1), 95-115. doi: 10.14718/ACP.2018.21.1.5
- Gómez, J.A., García, M., y Corral, L.P. (2009). *Convivir con los trastornos de la conducta alimentaria: anorexia, bulimia y trastorno por atracones*. Buenos Aires, Argentina: Editorial Médica Panamericana.
- Gómez, M.A. (2007). *Bulimia*. Madrid, España: Síntesis.
- López-Guimerá, G. y Sanchez-Carracedo, D. (2010). *Prevención de las alteraciones alimentarias: Fundamentos teóricos y recursos prácticos*. Madrid, España: Pirámide.
- Miján, A. (2004). *Nutrición y metabolismo en Trastornos de la conducta alimentaria*. Barcelona, España: Editorial Glosa.
- Raich, R. M. (2000). *Imagen corporal: conocer y valorar el propio cuerpo*. Madrid, España: Pirámide.
- Ruiz, P.M (2017). Prevención de los trastornos de la conducta alimentaria y la obesidad. En P. M. Ruiz, J. M. Velilla y E. González (Comp.). *Buenas prácticas en la prevención de trastornos de la conducta alimentaria* (pp. 25-53). Madrid, España: Pirámide.
- Venegas Ayala, Karina Sugeyl y González Ramírez, Mónica Teresa (2018). Intervention approach to improve body image perception, from the positive psychology perspective. *Pensamiento Psicológico* , 16(1), 119-131. recuperado de <http://revistas.javerianacali.edu.co/index.php/pensamientopsicologico/article/view/1472/2306>



La asignatura se desarrollará a través de los siguientes métodos y técnicas generales, que se aplicarán diferencialmente según las características propias de la asignatura:

- **Estudio personal dirigido:** el alumno acometerá de forma individual el estudio de la asignatura de modo que le permita adquirir las competencias de la misma. Para ello contará con la tutorización personalizada del profesor de la asignatura, como principal responsable docente.
- **Ejercicios y problemas prácticos:** Se propondrá al alumno la realización de ejercicios y casos prácticos para que resuelva y lo confronte con las soluciones dadas por el profesor.
- **Realización de test de autoevaluación:** El alumno contará con test al término de cada unidad para repasar los contenidos y poner en práctica los conocimientos adquiridos.
- **Preparación y realización de trabajos:** el alumno elaborará los diferentes trabajos según las competencias y actividades correspondientes que deba trabajar durante el semestre.
- **Tutorías personalizadas:** El profesor pondrá a disposición del alumno un tiempo para que éste pueda plantear cuantas dudas le surjan en el estudio de la materia, pudiendo el docente ilustrar sus explicaciones por medio de ejemplos y cualquier otra orientación de interés para el alumno.



La evaluación es un componente fundamental de la formación del alumno. Está compuesta por un examen final escrito y la evaluación continua, que consta de ejercicios y actividades evaluables.

La evaluación de esta asignatura se realiza mediante la media del examen (valorado en un 60%) y la realización de un trabajo obligatorio individual (con valor del 20%). Además, se evaluarán los ejercicios formativos y test realizados a través de la plataforma (20%).



➤ Examen (60 % de la nota final)

La superación de dicho examen constituye un requisito indispensable para la superación de la asignatura. El alumno deberá tener en el examen al menos un 5 para poder realizar la ponderación de notas. El alumno con nota inferior se considerará suspenso. El alumno dispondrá de dos convocatorias de examen por curso académico.

No se guardará la nota del examen, si éste estuviera aprobado, para una convocatoria posterior.

➤ Trabajo obligatorio (20% de la nota final)

La superación del trabajo constituye un requisito indispensable para la superación de la asignatura. El alumno deberá tener en el trabajo al menos un 5 para poder realizar la ponderación de notas. El alumno con nota inferior se considerará suspenso. En el caso de tener el trabajo obligatorio superado y no aprobar el examen, se guardará su nota hasta la segunda convocatoria de examen perteneciente al curso académico actual.

No se admitirán trabajos fuera de la fecha límite de entrega, que será comunicada al alumno con suficiente antelación. Con la no presentación del trabajo obligatorio se considerará suspensa la asignatura, independientemente de la nota obtenida en el examen.

El trabajo obligatorio versará sobre el contenido de las prácticas de laboratorio que los alumnos deben realizar.

➤ Ejercicios formativos y test de autoevaluación (20% de la nota final)

A través de la plataforma se irán colgando actividades que el alumno debe ir realizando para su posterior evaluación por parte del profesor

EJERCICIOS Y ACTIVIDADES EVALUABLES	PROPORCIÓN
Prácticas presenciales y trabajo obligatorio	20%
Ejercicios formativos y test de autoevaluación	20%
Examen final escrito	60%
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

### Criterios de calificación de la evaluación continua

Los criterios para la evaluación del trabajo obligatorio se presentan en la siguiente tabla, donde se resumen los aspectos a valorar y el porcentaje que representa cada uno de los mismos:

COMPONENTES EVALUABLES	PROPORCIÓN
Contenidos generales	15%
Temas de especialidad	75%
Otras aportaciones	10%
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

Los criterios para la evaluación de la evaluación continua son los siguientes:

ASPECTO DEL TEXTO	CARACT. POSTIVAS	1	0,75	0,5	0,25	0	CARACT. NEGATIVAS
Estructura (orden lógico)	Bien organizado						Sin orden, índice o esquema
Formato	Adecuado						Inadecuado
Objetivos	Fundamentados y claros						No se especifican
Expresión escrita	Corrección gramatical y ortografía						Incorrección y faltas
Metodología	Bien expuesta						Mal o no se explica
Bibliografía	Se utiliza la necesaria						No hay indicios de ello
Terminología	Adecuado uso						Uso inadecuado
Análisis	Corrección						Incorrección
Interpretación	Rigurosa						Defectuosa o inexistente
Conclusión	Existe, clara y correcta						Confusa, errada o ausente
Argumentación	Coherente y acertada						Afirmaciones poco coherentes

Los criterios para la evaluación de una exposición oral individual realizada por teléfono o mediante charla interactiva son los siguientes:

DESTREZAS Y ACTITUDES	PROPORCIÓN
Capacidad de observación	0%
Capacidad para captar expectativas y deseos ajenos	0%
Integración en el grupo	0%
Expresión verbal	20%
Capacidad de exponer	20%
Control del tiempo	10%
Dominio del tema	20%
Organización	10%
Rigor académico	10%
Presentación adecuada (palabras, gestos, posturas, atuendo, etc)	10%
Capacidad para integrar aportaciones, correcciones, etc.	10%
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>



Para el apoyo tutorial, el alumno tendrá a su disposición un equipo docente encargado de acompañar al alumno durante toda su andadura en el proceso formativo, prestando una atención personalizada al alumno. Sus funciones están claramente diferenciadas complementándose al mismo tiempo. Las dos personas principales de este acompañamiento tutorial son:

- **Orientador Académico Personal:** encargado de planificar al alumno el estudio de la asignatura en función del tiempo disponible, incluso realiza nuevas planificaciones ajustándose a nuevos periodos marcados por el alumno según sus circunstancias personales y familiares. Otra de sus funciones es la de

realizar un seguimiento del estudio del alumno, así como de dar al alumno información de carácter general necesaria en su proceso formativo.

- **Profesor docente:** encargado de resolver todas las dudas específicas de la asignatura y de informar al alumno de todas las pautas que debe seguir para realizar el estudio de la asignatura.

El alumno dispondrá de un horario de tutorías para contactar con estas figuras durante toda su formación académica. La información sobre el horario la encontrará el alumno en la plataforma virtual.

**Horario de tutorías de la asignatura:**

**Miércoles a las 17 h. (Los días 20 y 27 de febrero, 6 de marzo)**

**Miércoles a las 18 h. (Los días 13 y 20 de marzo)**

**Miércoles a las 19.30 h. (Los días 27 de marzo, 3, 10 y 24 de abril)**

**El Horario de la asignatura está disponible en la página web y en la plataforma virtual.**

El peso de cada unidad formativa dentro de cada asignatura queda determinado en el cronograma por el tiempo dedicado a la misma. El alumno deberá acometer el estudio marcado por la herramienta de planificación utilizada en el campus virtual, después de la planificación realizada con su tutor. A continuación, se muestra una tabla con las unidades didácticas que componen la asignatura y las unidades de tiempo que se requieren para su estudio.

UNIDADES DIDÁCTICAS	UNIDAD DE TIEMPO	HORAS DEDICACIÓN
Unidad 1	10	15 HORAS
Unidad 2	10	15 HORAS
Unidad 3	40	60 HORAS
Unidad 4	20	30 HORAS

Unidad 5	20	30 HORAS
<b>TOTAL</b>	<b>100</b>	<b>150</b>