

DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

ASIGNATURA: Psicología de la Nutrición

PLAN DE ESTUDIOS: Grado en Nutrición Humana y Dietética (SGR-NUTRICI)

GRUPO: 2324-01

CENTRO: Facultad de Ciencias de la Salud

CARÁCTER DE LA ASIGNATURA: Básico

ECTS: 6,0

CURSO: 1º

SEMESTRE: 2º Semestre

IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:

Castellano, excepto las asignaturas de idiomas que se impartirán en el idioma correspondiente

DATOS DEL PROFESOR

NOMBRE Y APELLIDOS: NAIARA CARRETERO LOZANO

EMAIL: ncarretero@uemc.es

TELÉFONO: 983 00 10 00

CV DOCENTE:

Formación académica:

- Grado en Nutrición Humana y Dietética. Universidad de Valladolid. 2015
- Máster en Nutrición en el deporte y ayudas ergogénicas. Universidad de Murcia. 2016
- Máster en Coaching Nutricional e Inteligencia Emocional. Universidad Isabel I. 2017
- Antropometrista nivel 1 por la ISAK. 2018
- Experta Mindfulness Eating (Programa MB-EAT) por The Center For Mindful Eating. 2021.
- Formaciones varias en patologías clínicas: diabetes, cirugía bariátrica, nutrición pediátrica, patologías digestivas... 2008-2023

CV PROFESIONAL:

- Profesora del Grado de Nutrición Humana y Dietética de la Universidad Europea Miguel de Cervantes.
- Dietista-nutricionista en consulta clínica (Ncl Nutrición - Clínica Plenum), conferenciante, formadora para talleres y programas de educación nutricional, mindful eating y alimentación intuitiva.
- Presidenta del Colegio Profesional de dietistas-nutricionistas de Castilla y León

CV INVESTIGACIÓN:

- Proyecto de Innovación Docente Humanizando la atención sanitaria "humanizAS" (Universidad de Valladolid). 2022-2024. PID 22-23_069
- Tutorización de Trabajos Fin de Grado (TFG) enfocados a la psicología nutricional con títulos como: "La alimentación consciente, una alternativa terapéutica para la ansiedad.", "Estrategias terapéuticas nutricionales alternativas frente a terapia nutricional clásica.", "Revisión bibliográfica sobre la consciencia corporal en pacientes con enfermedad inflamatoria intestinal", "Protocolo mindful eating para el control de peso en mujeres" y otros.

DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

DESCRIPTOR DE LA ASIGNATURA:

Como todo profesional de la salud el dietista nutricionista debe tener una formación básica en psicología con el fin de poder conocer si hay relación psicológica con la conducta ante la alimentación, para poder incidir en los

hábitos, para garantizar la comprensión ante el cumplimiento o incumplimiento del tratamiento por parte del paciente y para poder incidir en dicho cumplimiento mediante la motivación y el aprendizaje.

Desde una perspectiva psicológica la psicología de la motivación pretende estudiar todas aquellas variables internas (personales) o externas (de situación) que intervienen en la conducta, el esfuerzo y en la constancia hasta el alcance de las metas propuestas por un individuo. Es justamente lo vinculado a estas metas lo que guarda una estrecha relación con aspectos vinculados a la función del dietista nutricionista, fundamentalmente en su labor en consulta.

A su vez, en la presente asignatura también se incide sobre los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA).

Para poder llegar a los objetivos de esta asignatura no son necesarios conocimientos o destrezas previas ya que se realizará una introducción y evolución progresiva dentro de la psicología que puede ser aplicada en el desarrollo de la actividad profesional del dietista nutricionista.

CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA:

1. PSICOLOGÍA DE LA NUTRICIÓN

1. Introducción a los modelos conceptuales y metodología en psicología
2. Motivación y emoción
3. La atención y la memoria
4. El aprendizaje
5. El pensamiento: concepto. Creatividad
6. El lenguaje
7. Los TCA desde una visión psicológica

RECURSOS DE APRENDIZAJE:

Los recursos de aprendizaje que se utilizarán en todas las asignaturas de la titulación (salvo las prácticas externas) para facilitar el proceso de enseñanza-aprendizaje, son:

- Campus online de la UEMC (Open Campus)
- Plataforma de Webconference (Adobe Connect)

Las comunicaciones con el profesor serán a través de Open Campus vía Mi correo, Tablón o/y Foro.

COMPETENCIAS Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE A ADQUIRIR POR EL ALUMNO

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:

- CG01. Reconocer los elementos esenciales de la profesión del Dietista-Nutricionista, incluyendo los principios éticos, responsabilidades legales y 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.

- CG03. Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional.
- CG04. 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.

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

- CE03. Conocer la estadística aplicada a Ciencias de la Salud. Conocer las bases psicológicas y los factores biopsico-sociales que inciden en el comportamiento humano.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

El alumno será capaz de:

- Adquirir y utilizar adecuadamente términos psicológicos y lingüísticos.
- Conocer la metodología propia de las teorías psicológicas más importantes.
- Reflexionar sobre los principales problemas teóricos y metodológicos que surgen en el estudio de los Procesos Psicológicos y su desarrollo.

BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

- Gina Lladó Jordan (2018): Understanding Eating Disorders. Description, risk factors, epidemiology and complications . Scholar's Press. ISBN: 978-620-2-31730-6
- Klein G, Oppenheimer D. (2018): Introducción a la psicología en viñetas . Penguin Random House Grupo Editorial. ISBN: 9788466663182
- Andrea Arroyo Fernández y Gina Lladó Jordan (2021): Psicología de la alimentación. ALCALA GRUPO EDITORIAL. ISBN: 9788418418631
- Aranceta, J., Serra, L. y Rodríguez-Santos, F. (2008): Psicología y Nutrición. Elsevier Masson. ISBN: 9788445822104

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

- Urcola Tellería JL (2008): La motivación empieza en uno mismo: Aspectos básicos para motivar a los demás y motivarse a sí mismo . ESIC Editorial. ISBN: 9788473565264
- Morgado Bernal I. (2014): Aprender, recordar y olvidar : claves cerebrales de la memoria y la educación. . Grupo Planeta (GBS) . ISBN: 978-84-344-1741-0
- Froufe M. (2011): Psicología del aprendizaje. Principios y aplicaciones conductuales. . Editorial Paraninfo.. ISBN: 9788497328494

WEBS DE REFERENCIA:

Web / Descripción

[UEMC](http://www.uemc.es)(<http://www.uemc.es>)

Universidad Europea Miguel de Cervantes

[Asociación Española para el Estudio de los Trastornos de la Conducta](https://www.aetca.com/)

[Alimentaria](https://www.aetca.com/)(<https://www.aetca.com/>)

Recursos de formación, recursos científicos para mejorar la práctica clínica de los profesionales sanitarios.

[Asociación en Defensa de la Atención a la Anorexia Nerviosa y Bulimia](http://adaner.org/)(<http://adaner.org/>)

Web de apoyo al tratamiento, investigación, formación, reivindicación, prevención y sensibilización.

[Academy for Eating Disorders](https://www.aedweb.org/home)(<https://www.aedweb.org/home>)

Recursos de formación, recursos científicos para mejorar la práctica clínica de los profesionales sanitarios.

OTRAS FUENTES DE REFERENCIA:

Artículos:

- Bartels, S. J., Pratt, S. I., Aschbrenner, K. A., Barre, L. K., Naslund, J. A., Wolfe, R., ... & Bird, B. L. (2015). Pragmatic replication trial of health promotion coaching for obesity in serious mental illness and maintenance of outcomes. *American Journal of Psychiatry*, 172(4), 344-352.
- Blank, M. E. (2006). El modelo precede/proceed: un organizador avanzado para la reconceptualización del proceso de enseñanza-aprendizaje en educación y promoción de la salud. *Salus*, 10(1), 18-25.
- Guertin, C., Rocchi, M., Pelletier, L. G., Émond, C., & Lalonde, G. (2015). The role of motivation and the regulation of eating on the physical and psychological health of patients with cardiovascular disease. *Journal of health psychology*, 20(5), 543-555. <https://doi.org/10.1177/1359105315573471>
- Isoldi, K. K. (2020). Effective Communication and Counseling Approaches. *Nutrition in Kidney Disease*, 635-651.
- Loaiza, V. M., & Halse, S. C. (2019). Where working memory meets long-term memory: The interplay of list length and distractors on memory performance. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, and Cognition*, 45(8), 1455.
- Pilska, M., & Nesterowicz, J. (2016). Emotional determinants of sweets consumption. *J Nutr Health Sci*, 3(4), 405.
- Waśowicz, G., Poraj-Weder, M., & Matthys, C. (2022). Dreaming of effective diet change? Motivation, emotions, and dietician presence can all matter. *Journal of health psychology*, 27(11), 2505-2514. <https://doi.org/10.1177/13591053211042064>

PLANIFICACIÓN DEL PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE DE LA ASIGNATURA

METODOLOGÍAS:

MÉTODO DIDÁCTICO:

El papel del profesor cobra importancia a través de la impartición de clases magistrales en tiempo real por videoconferencia que podrá utilizar para explicar los contenidos teóricos, resolver dudas que se planteen durante la sesión, ofrecer retroalimentación sobre las actividades de evaluación continua o realizar sesiones de tutoría de carácter grupal.

MÉTODO DIALÉCTICO:

Se caracteriza por la participación de los alumnos en las actividades de evaluación continua de debate y la intervención de éstos a través del diálogo y de la discusión crítica (seminarios, grupos de trabajo, etc.). Utilizando este método el alumno adquiere conocimiento mediante la confrontación de opiniones y puntos de vista. El papel del profesor consiste en proponer a través de Open Campus temas referidos a la materia objeto de estudio que son sometidos a debate para, posteriormente, evaluar el grado de comprensión que han alcanzado los alumnos.

MÉTODO HEURÍSTICO:

Este método puede desarrollarse de forma individual o en grupo a través de las actividades de evaluación continua (entregas de trabajos, resolución de ejercicios, presentaciones, etc.). El objetivo es que el alumno asuma un papel activo en el proceso de aprendizaje adquiriendo los conocimientos mediante la experimentación y la resolución de problemas.

CONSIDERACIONES DE LA PLANIFICACIÓN:

Las ACTIVIDADES FORMATIVAS que se realizan en la asignatura son las siguientes:

Clases teóricas: Actividad dirigida por el profesor que se desarrollará de forma sincrónica en grupo. Para la realización de esta actividad en OpenCampus, la UEMC dispone de herramientas de Webconference que permiten una comunicación unidireccional en las que el docente puede desarrollar sesiones en tiempo real con

posibilidad de ser grabadas para ser emitidas en diferido.

Actividades prácticas: Actividades supervisadas por el profesor que se desarrollarán fundamentalmente de forma asincrónica, y de forma individual o en grupo:

- Actividades de debate. Se trata de actividades desarrolladas en el foro de Open Campus, en las que se genera conocimiento mediante la participación de los estudiantes en discusiones alrededor de temas de interés en las distintas asignaturas.
- Entregas de trabajos individuales o en grupo a partir de un enunciado o unas pautas de trabajo que establecerá el profesor.
- Resolución de ejercicios y problemas que el alumno debe realizar a través de Open Campus en un periodo de tiempo determinado. Esta actividad puede ser en formato test de evaluación.

Tutorías: Las tutorías podrán tener un carácter sincrónico o asíncrono y podrán desarrollarse de manera individual o en grupos reducidos.

Están previstas tres sesiones de tutoría por videoconferencia, una al inicio, otra antes de la evaluación parcial y otra al final del semestre. En la primera se presentará la asignatura y la guía docente y en la segunda, en las semanas previas a la evaluación final, se dedicará a la resolución de dudas de los estudiantes.

Además, el docente utiliza el Tablón, el Foro y el Sistema de correo interno de Open Campus para atender las necesidades y dudas académicas de los estudiantes.

SESIONES EN TIEMPO REAL

En la asignatura se planifican clases magistrales y tutorías a través de videoconferencias.

La asistencia a las videoconferencias no será obligatoria, pero si recomendable para un adecuado seguimiento de la asignatura, la comprensión de los materiales y el desarrollo óptimo de las actividades de aprendizaje. En cualquier caso, salvo circunstancias excepcionales, será posible acceder a ellas en diferido a las 48 horas máximo desde su celebración.

SESIONES EN TIEMPO REAL :

Título	
TU1	Presentación asignatura y Guía docente
CM1	Psicología de la salud
CM2	Elementos influyentes en el comportamiento alimentario
CM3	Emociones y alimentación
CM4	Nutrición cognitiva: Desentrañando los vínculos de la atención, la memoria y el aprendizaje
CM5	TU. Parc. Resolución de dudas y preparación de la prueba parcial
CM6	Imagen corporal
CM7	Herramientas prácticas con enfoque psiconutricional
CM8	Comprender y tratar los TCAs
TU2	Resolución de dudas antes de la evaluación

EVALUACIÓN CONVOCATORIA ORDINARIA:

Evaluación continua	60%
Evaluación final	40%

ACTIVIDADES Y SISTEMAS DE EVALUACIÓN :

Tipo Evaluación	Nombre Actividad	% Calif.
Evaluación continua (60 %)	1. Actividad 1 (Entrega individual)	20
	2. Actividad 2 (Entrega individual)	20
	3. Actividad 3 (Foro)	10
	4. Test de evaluación (Test de evaluación)	10
Evaluación final (40 %)	1. Prueba de evaluación final (Prueba de evaluación final)	40

CONSIDERACIONES EVALUACIÓN CONVOCATORIA ORDINARIA:

A lo largo de la planificación de la asignatura el alumno realizará **actividades de evaluación continua** que forman parte de la calificación de la asignatura con un peso del 60% sobre la nota final.

Para superar la evaluación continua, el alumno debe obtener una media de igual o superior a 5 entre todas las actividades. En el caso de no superar la evaluación continua, se guardan para la convocatoria extraordinaria las notas de aquellas actividades aprobadas, no pudiendo volver a presentarlas.

El sistema de evaluación de esta asignatura acentúa el desarrollo gradual de competencias y resultados de aprendizaje y, por tanto, se realizará una evaluación continua a través de las distintas actividades de evaluación propuestas. El resultado de la evaluación continua se calcula a partir de las notas obtenidas en cada actividad teniendo en cuenta el porcentaje de representatividad en cada caso.

Todas las actividades deberán entregarse en las fechas previstas para ello, teniendo en cuenta:

- Las actividades de evaluación continua (entrega de trabajos) se desarrollarán según se indica y, para ser evaluadas, los trabajos deberán ser entregados en la forma y fecha prevista y con la extensión máxima señalada. No se evaluarán trabajos entregados posteriormente a esta fecha o que no cumplan con los criterios establecidos por el profesor.
- La no entrega de una actividad de evaluación continua en forma y plazo se calificará con un 0 y así computarán en el cálculo de la nota de evaluación continua y final de la asignatura.
- Cualquier tipo de copia o plagio por mínimo que sea, supondrá una calificación de 0 en la actividad correspondiente.
- Las actividades de evaluación continua (tipo test) se desarrollarán con anterioridad a la realización de las pruebas de evaluación final de la asignatura.
- La participación en los foros y debates vinculados a una actividad de evaluación continua se evaluará de forma individual o colectiva según se haya requerido la participación: el valor de las aportaciones, el número de aportaciones y respuestas en debate a las opiniones de los compañeros. Cualquier comentario aportado en el foro que suponga una falta de respeto a las opiniones de compañeros supondrá el suspenso de la evaluación continua de la asignatura.

Los alumnos accederán a través de OpenCampus a las calificaciones de las actividades de evaluación continua en un plazo no superior a 15 días lectivos desde su fecha de entrega, excepto causas de fuerza mayor en cuyo caso se informará al alumno a través del Tablón.

La evaluación continua se complementará con una **evaluación final** que se realizará al finalizar el periodo lectivo en cada asignatura. La prueba constará de parte práctica y teórica, suponiendo un 40% de la calificación sobre la nota final.

La evaluación final de la asignatura se desarrollará del siguiente modo:

- A mitad de cada semestre se ofrece al alumno el poder realizar de forma voluntaria un parcial para eliminar materia.
- Para eliminar la materia es necesario que el alumno lo supere al menos con un 5. En este caso, se le guardaría la nota del parcial hasta la convocatoria extraordinaria. El alumno sólo podrá presentarse a la segunda parte de la asignatura bien en convocatoria ordinaria o extraordinaria.
- En convocatoria ordinaria, la prueba final constará de dos exámenes (primera y segunda parte de la asignatura)
 - En el caso de que el alumno hubiera superado y eliminado materia con el primer parcial, sólo se presentará a la segunda parte. Para superar la asignatura se hará la media siempre que en la segunda parte se obtenga al menos un 4 y la media supere el 5.
 - En el caso de que el alumno no hubiera superado el primer parcial, se podrá presentar a ambas partes. Para superar la asignatura se hará la media de ambas partes siempre que se obtenga al menos un 4 en cada una y la media supere el 5.
- El alumno tendrá la posibilidad, siempre dentro de los tres días siguientes a la publicación de las notas, a renunciar a su calificación, y presentarse en la siguiente convocatoria.
- El alumno tendrá hasta 3 días después de la calificación para solicitar al docente más información sobre su calificación por el correo de la plataforma.
- Cualquier tipo de irregularidad o fraude en la realización de una prueba, supondrá una calificación de 0 en la prueba/convocatoria correspondiente.
- El aplazamiento concedido por la Universidad para la realización de una evaluación final se registrará por lo establecido en el Manual de "Directrices y plazos para la tramitación de una solicitud"

La nota final se corresponderá con la media aritmética del resultado obtenido en cada una de las partes. En caso de no superación, se guarda la parte aprobada para la convocatoria extraordinaria.

La **nota global** de la asignatura se obtiene ponderando la calificación de la evaluación continua y de la evaluación final según los siguientes porcentajes, y debiendo tener aprobadas ambas partes, continua y final, para superar la asignatura.

Si un alumno no se presenta a la prueba de evaluación final, su calificación en la convocatoria será de "No presentado", con independencia de que haya realizado alguna actividad de evaluación continua.

De igual modo si el alumno no entrega ninguna actividad de evaluación continua, obtendrá la calificación de "No presentado", con independencia de que haya aprobado la prueba de evaluación final, en cuyo caso, se le guardaría su calificación para la convocatoria extraordinaria

EVALUACIÓN CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

Evaluación continua	60%
Evaluación final	40%

ACTIVIDADES Y SISTEMAS DE EVALUACIÓN :

Tipo Evaluación	Nombre Actividad	% Calif.
Evaluación continua (60 %)	1. Actividad 1 (Entrega individual)	20
	2. Actividad 2 (Entrega individual)	20
	3. Actividad 3 (Mixta individual)	10
	4. Test de evaluación (Test de evaluación)	10

Tipo Evaluación	Nombre Actividad	% Calif.
Evaluación final (40 %)	1. Prueba de evaluación final (Prueba de evaluación final)	40
<p>CONSIDERACIONES EVALUACIÓN CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:</p> <p>Los estudiantes que no hayan superado la asignatura en la convocatoria ordinaria, porque hayan suspendido la evaluación continua o la prueba de evaluación final, podrán presentarse a las pruebas establecidas por el profesor en la convocatoria extraordinaria.</p> <p>Para la convocatoria extraordinaria se guardan las calificaciones de las actividades de evaluación continua y pruebas de evaluación (parcial y final), superadas por el estudiante (nota superior o igual a 5), no permitiéndose volver a realizarlas.</p> <ul style="list-style-type: none"> En convocatoria extraordinaria, la prueba final también constará de dos exámenes (primera y segunda parte de la asignatura) <ul style="list-style-type: none"> En el caso de que el alumno hubiera superado el parcial (al menos un 5) o una de las partes en convocatoria ordinaria (al menos un 5), esta calificación se mantiene para la extraordinaria, presentándose el alumno sólo a lo suspenso. Para superar la asignatura se hará la media entre lo aprobado en ordinaria y la calificación que haya sacado en extraordinaria siempre que se obtenga al menos un 4 y la media supere el 5. En el caso de que el alumno tuviera que presentarse a ambas partes, para superar la asignatura se hará la media siempre que se obtenga al menos un 4 en cada parte y la media supere el 5. En convocatoria extraordinaria, el alumno solo podrá entregar las actividades de evaluación continua no superadas, guardándose la calificación de las aprobadas. El alumno tendrá hasta 3 días después de la calificación para solicitar al docente más información sobre su calificación por el correo de la plataforma. Cualquier tipo de irregularidad o fraude en la realización de una prueba, supondrá una calificación de 0 en la prueba/convocatoria correspondiente. El aplazamiento concedido por la Universidad para la realización de una evaluación final se regirá por lo establecido en el Manual de "Directrices y plazos para la tramitación de una solicitud". <p>En la convocatoria extraordinaria, la nota global de la asignatura se obtiene ponderando la calificación de la evaluación continua y de la evaluación final, de la misma forma que en la convocatoria ordinaria.</p> <p>Al igual que en la convocatoria ordinaria, en la convocatoria extraordinaria es necesario superar tanto la evaluación continua como la evaluación final para aprobar la asignatura.</p> <p>Si un alumno no se presenta a la prueba de evaluación final, su calificación en la convocatoria será de "No presentado", con independencia de que haya realizado alguna actividad de evaluación continua.</p>		

SISTEMAS DE EVALUACIÓN:

SISTEMA DE EVALUACIÓN	PORCENTAJE (%)
Ejecución de prácticas	60%
Pruebas escritas	40%