



Universidad
Pontificia
de Salamanca

GUÍA DOCENTE 2024-2025

PSICOLOGIA DE LA ALIMENTACIÓN

Grado en Nutrición Humana y Dietética

Modalidad Semipresencial

DATOS BÁSICOS

Módulo:	Formación básica
Carácter	Básica
Créditos	6 ECTS
Curso	1º
Semestre	2º
Idioma	Castellano
Profesor responsable	Rubén Rico Paredes
E-mail	rricopa@upsa.es
Otro profesor	M. ^a José Álvarez Comino
E-mail	mjalvarezco@upsa.es
Tutorías	Previa petición de cita

* El calendario detallado de cada una de las sesiones puede consultarse a través del campus virtual

BREVE DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

La asignatura "Psicología de la Alimentación" se enfoca en estudiar los factores biológicos, psicológicos y sociales que influyen en el comportamiento alimentario humano. Explora cómo nuestras elecciones alimentarias están determinadas por la interacción de emociones, cogniciones y contextos sociales y culturales. Se profundiza en las bases de los procesos de aprendizaje que regulan el comportamiento alimentario, la psiconutrición, los trastornos de la conducta alimentaria y la influencia de factores sociales y culturales. Esta asignatura prepara a los estudiantes para intervenir en problemas relacionados con la alimentación desde un enfoque ético y profesional.

REQUISITOS PREVIOS

No se establecen requisitos previos.

OBJETIVOS

1. Conocer las bases psicológicas y sociales que influyen en el comportamiento alimentario humano.
2. Comprender los principios y aplicaciones de la psiconutrición.
3. Identificar y analizar los trastornos de la conducta alimentaria, sus causas, consecuencias y tratamientos.
4. Evaluar la influencia de factores sociales y culturales en la alimentación.
5. Desarrollar habilidades para la intervención psico-nutricional en problemas relacionados con la alimentación.
6. Promover y fomentar hábitos saludables y prevenir trastornos alimentarios.

COMPETENCIAS

CC04. Conocer las bases psicológicas y los factores bio-psico-sociales que inciden en el comportamiento humano.

CONTENIDOS

BLOQUE I. INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA Y A LA PSICONUTRICIÓN:

Tema 1. Introducción a la Psicología, la Psicología de la Salud y la Psiconutrición: importancia, definición, alcance, concepto de salud y visión general de los factores influyentes en el comportamiento alimentario.

Tema 2. El concepto de conducta: aplicaciones al comportamiento alimentario.

BLOQUE II. PROCESOS PSICOLÓGICOS BÁSICOS:

Tema 3. Principios del análisis de la conducta aplicados al comportamiento alimentario.

Tema 4. Principios de modificación de conducta aplicados al comportamiento alimentario.

Bloque III. APLICACIÓN DE LA PSICONUTRICIÓN A DIFERENTES CONTEXTOS:

Tema 5. El proceso de adhesión al tratamiento.

Tema 6. Comportamiento alimentario y ciclo vital.

Tema 7. Alimentación e Influencias Sociales.

Tema 8. Trastornos de la conducta alimentaria (TCA): concepto, clasificación, evaluación e intervención.

Tema 9. Habilidades de comunicación y relación terapéutica.

METODOLOGÍA

- **Sesiones teóricas:** Exposición de contenidos por parte del profesor sobre la materia objeto de estudio. Acompañada y enriquecida de otros métodos que van desde la utilización de recursos audiovisuales, lecturas complementarias, foros de discusión y dudas, actividades prácticas sobre la materia, etc. Las presentaciones estarán a disposición del alumnado en el campus virtual.
- **Sesiones prácticas (seminarios):** Sesiones de trabajo en grupos reducidos basados en la resolución de problemas o casos prácticos que favorecen la comprensión y aplicación de los contenidos teóricos a través de un aprendizaje significativo y colaborativo entre los integrantes del grupo, siempre supervisado por el profesor.
- **Tutorías académicas individuales/colectivas:** Se realizarán tutorías individualizadas y colectivas, destinadas a resolver dudas o problemas planteados en el proceso de aprendizaje, a revisar los materiales presentados en clase, a orientar al estudiante acerca de los trabajos, lecturas y aplicaciones a realizar, afianzar conocimientos y a valorar la evolución en el proceso de adquisición de competencias y habilidades que ha de hacer el alumno.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Convocatoria ordinaria

- **El 60%** de la calificación se obtendrá a través de una prueba de evaluación objetiva escrita que constará de dos partes: teórica y práctica. Para aprobar la asignatura y que esta calificación se promedie con el resto de la nota, será imprescindible obtener una puntuación mínima de 5 (aprobado) en cada una de las partes del examen, tanto en la teórica como en la práctica.
- **El 20%** de la calificación se obtendrá a través de actividades de evaluación continua que el alumno deberá entregar en las fechas establecidas en el campus virtual.
- **El 20%** de la calificación se obtendrá por medio de un trabajo final individual en el que el alumno deberá demostrar las competencias desarrolladas a lo largo de la asignatura a través de la preparación y exposición de un trabajo individual.

Para todos los trabajos de la asignatura y las pruebas de examen, se descontará 0,25 puntos por cada error ortográfico identificado en la redacción del alumno. Se consideran errores ortográficos: errores en la acentuación, en la escritura de letras, uso incorrecto de mayúsculas, o errores por omisión o adición de letras.

Convocatoria extraordinaria

- **Convocatoria Extraordinaria en el mismo curso de matrícula:** se utilizarán los criterios de la convocatoria ordinaria, teniendo que presentar el alumno aquellas actividades, trabajos o exámenes que no hayan sido superados en convocatoria ordinaria.
- **Convocatoria Extraordinaria no correspondiente al mismo curso de matrícula ordinaria (convocatoria de años anteriores):** el 100% de la calificación se obtendrá del examen final teniendo en cuenta que incluirá contenido teórico y práctico.

RECURSOS DE APRENDIZAJE Y APOYO TUTORIAL

Referencias bibliográficas

Amigo, I. y González-Roz, A. (2023). *Manual de psicología de la salud*. Pirámide.

Asociación Americana de Psiquiatría [APA]. (2022). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales* (5ª ed. Texto revisado), DSM-5-TR. Editorial médica panamericana.

Deliberto, T. L., y Hirsch, D. (2023). Tratamiento de los trastornos alimentarios en adolescentes: intervenciones basadas en evidencia para la anorexia, bulimia y los atracones. Psara ediciones.

Froxán Parga, M. X. (2020). *Análisis funcional de la conducta humana: concepto, metodología y aplicaciones*. Ediciones Pirámide.

Gloster, A.T., Walder, N., Levin, M.E., Twohig, M.E., Karekla, M. (2020). The empirical status of acceptance and commitment therapy: A review of meta-analyses. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18:181-192.

- González-Terrazas, R., y Colombo, M. (2022). Análisis de la conducta: teoría y aplicaciones clínicas. Psara ediciones.
- Juarascio, A., Shaw, J., Forman, E., Timko, C.A., Herbert, J., Butryn, M., Bunnell, D., Matteucci, A., y Lowe, M. (2013). Acceptance and commitment therapy as a novel treatment for eating disorders: an initial test of efficacy and mediation. *Behavior modification*, 37(4):459–489.
- Martin, G., y Pear, J. (2007). Modificación de conducta: qué es y cómo aplicarla. Pearson educación.
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2021). Clasificación Internacional de Enfermedades, undécima revisión (CIE-11). <https://icd.who.int/browse11>
- Pérez-Álvarez, M. y González-Pardo, H. (2007). *La invención de trastornos mentales: ¿escuchando al fármaco o al paciente?* Alianza Editorial.
- Van-Der Hofstadt Román, C. J. (2022). El libro de las habilidades de comunicación: cómo mejorar la comunicación personal (3ª ed). Editorial Diaz de Santos.
- Zuazo, A. [Asier], González, J. [Juan] (2024). La comunicación esencial con el paciente: manual práctico para profesionales sanitarios. Pirámide.
- Recursos web: www.nice.org.uk/guidance/ng69

BREVE CV DEL PROFESOR RESPONSABLE

RUBÉN RICO PAREDES

Doctorando en Intervención Psicológica Clínica y Sanitaria por la Universidad Europea de Madrid.

Máster en Psicología General Sanitaria por la Universidad Complutense de Madrid.

Máster en Terapias Contextuales: ACT, FAP y Mindfulness por el Instituto ACT de Madrid.

Graduado en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid.

Con experiencia en diversos entornos: docencia universitaria, investigación y clínica.

Líneas de investigación en: Psicología Clínica y de la Salud, terapias psicológicas de tercera generación, análisis funcional de la conducta, sexualidad y drogodependencia.

Orientador Académico dentro del Departamento de Orientación Universitaria en la Facultad de Enfermería y Fisioterapia “Salus Infirmorum”. Universidad Pontificia de Salamanca

PROFESOR COLABORADOR

M.^a JOSÉ ÁLVAREZ COMINO

Doctora en Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid.

Máster en Psicología General Sanitaria por la Udim

Licenciada en Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid Diplomada en Educación General Básica por la UAM

Con amplia experiencia en diversos entornos: docencia universitaria, investigación y clínica.

Líneas de investigación en: Psicología Clínica y de la Salud, Docencia Universitaria, Terapias Clínicas en VIH y Motivación y Liderazgo. Con publicaciones de artículos científicos, libro (autora y coordinadora) y creación de contenidos on-line universitarios.

Responsable del Departamento de Orientación Universitaria en la Facultad de Enfermería y Fisioterapia “Salus Infirmorum”. Universidad Pontificia de Salamanca (UPSA).