



UNIVERSIDAD DE CÓRDOBA

FACULTAD DE VETERINARIA
**GRADO EN NUTRICIÓN HUMANA Y
DIETÉTICA**
CURSO 2025/26
**PSICOLOGÍA APLICADA A LA
ALIMENTACIÓN**



Datos de la asignatura

Denominación: PSICOLOGÍA APLICADA A LA ALIMENTACIÓN**Código:** 663009**Plan de estudios:** GRADO EN NUTRICIÓN HUMANA Y DIETÉTICA**Curso:** 1**Materia:** PSICOLOGÍA APLICADA A LA ALIMENTACIÓN**Carácter:** BASICA**Duración:** SEGUNDO CUATRIMESTRE**Créditos ECTS:** 6.0**Horas de trabajo presencial:** 60**Porcentaje de presencialidad:** 40.0%**Horas de trabajo no presencial:** 90**Plataforma virtual:** <https://moodle.uco.es/>

Profesor coordinador

Nombre: LUCENA JURADO, VALENTINA**Departamento:** PSICOLOGÍA**Ubicación del despacho:** Planta Alta E 2601A1120. Facultad de Educacion y Psicologia**E-Mail:** ed1lujuv@uco.es**Teléfono:** 957212829

Breve descripción de los contenidos

Esta asignatura está enfocada a conocer la Psicología de la Alimentación. Por tanto, la materia comienza conociendo la evolución de la alimentación en el ser humano, las funciones básicas que representa la alimentación y qué factores psicosociales están implicados en la misma. Se explican las bases psicológicas que explican el proceso de la alimentación y se describen los modelos teóricos implicados en la conducta en general, y concretamente en la conducta alimentaria y en la ingesta de alimentos. A continuación, se relacionan los modelos implicados con los mecanismos de regulación de peso. Se identifica la práctica de las dietas hipocalóricas y los posibles efectos que tienen en las personas que las llevan a cabo; dándole importancia al manejo del sobrepeso y la obesidad.

Se describe el modelo de intervención más eficaz relacionado con la motivación al cambio y se analizan los recursos personales relacionados con dicho cambio. Además, se trabajan las habilidades comunicativas y recursos personales como profesionales de la salud. Por último, se hará una breve aproximación teórica a la conducta anormal para introducir los trastornos de la conducta alimentaria más frecuentes.

Conocimientos previos necesarios

Requisitos previos establecidos en el plan de estudios

Ninguno

Recomendaciones

Ninguna

Programa de la asignatura

1. Contenidos teóricos

Tema 1. Evolución de la alimentación en el ser humano, funciones básicas que representa la alimentación y factores psicosociales implicados en la misma.

Tema 2. Modelos teóricos implicados en la conducta alimentaria y en la ingesta de alimentos.

Tema 3. Factores psicológicos y emocionales implicados en la conducta alimentaria.

Tema 4. Influencia del sobrepeso o de la obesidad en la salud.

Tema 5. Abordaje terapéutico en equipos multidisciplinares y en las habilidades de comunicación requeridas como profesionales de la salud.

Tema 6. Principales trastornos de la conducta alimentaria.

2. Contenidos prácticos

- Elaboración de un programa de promoción y/o prevención de la salud o la profundización de alguno de los temas desarrollados en los diferentes seminarios prácticos.

- Seminarios:

La entrevista y la relación con el paciente.

Análisis de estigmas, discriminaciones y prejuicios.

Evaluación del estado de salud-evaluación de la personalidad.

Los sentimientos y su medida (ansiedad y depresión).

La cultura de la delgadez ¿es real la actual epidemia de los trastornos de la conducta alimentaria?

Terapias de apoyo y técnicas psicoeducativas aplicadas a los trastornos del comportamiento alimentario.

Bibliografía

- Fleta, Y., y Giménez, J. (2020). Alimentación Consciente. Grijalbo: Barcelona.

- Holford, P. (2013), *Nutrición óptima para la mente*, Robin Book

- Morande, G., Graell, L., Blanco, A. (2020). Trastornos de la conducta alimentaria y obesidad. Editorial Panamerica.

- Miller, W.R., y Rollnick, S. (2015, 3ª ed.). La Entrevista Motivacional. Ayudar a las personas a cambiar. Barcelona: Paidós.

- Ogden, J. (2005). Psicología de la Alimentación. Madrid: Morata.

- Rodríguez-Santos, F., Aranceta, J., y Serra, Ll. (2008). Psicología y Nutrición. Barcelona: Ars Médica

Metodología

Aclaraciones generales sobre la metodología (opcional)

En cuanto al desarrollo y la valoración de la asignatura, el docente podrá adoptar medidas extraordinarias si lo estima oportuno y de forma motivada, especialmente en lo que respecta a la evaluación del alumnado (incluido la no superación de la asignatura) si considera algunas situaciones excepcionales como el plagio, utilización de procedimientos fraudulentos en los exámenes y otras circunstancias, según el principio de proporcionalidad, como faltas de ortografía reiteradas y/o graves, falta de asistencia reiteradas y cualquier otra alteración de las normas básicas de convivencia recogidas en el Reglamento de Convivencia de la Universidad de Córdoba (aprobado por Consejo de Gobierno de 1 de julio de 2016).

Adaptaciones metodológicas para alumnado a tiempo parcial y estudiantes con discapacidad y necesidades educativas especiales

El alumnado matriculado a tiempo parcial, así como aquel alumnado que por motivos laborales o personales, no pueda acudir a las clases prácticas que son las obligatorias, tendrá que ponerse en contacto con el profesorado de la asignatura al inicio del cuatrimestre para acordar las actuaciones necesarias al respecto.

Respecto al alumnado con discapacidad y NEE, la UCO cuenta con una unidad específica (UNAE) dónde se le evaluarán sus necesidades y que elabora documentos informativos que remitirá al profesorado en cuyo grupo se encuentre el mencionado alumnado. El profesorado seguirá las indicaciones de la unidad específica para desarrollar las acciones y/o adaptaciones que permitan el normal acceso a la universidad, de acuerdo con el Reglamento para facilitar la incorporación e integración de personal con discapacidad a la Universidad de Córdoba. (Acuerdo de Consejo de Gobierno, en sesión ordinaria de 28 de abril de 2017. <https://sede.uco.es/bouco/bandejaAnuncios/BOUCO/2017/00290>).

Actividades presenciales

Actividad	Grupo completo	Grupo mediano	Total
<i>Actividades de exposición de contenidos elaborados</i>	40	-	40
<i>Actividades de expresión escrita</i>	-	10	10
<i>Actividades de procesamiento de la información</i>	-	10	10
Total horas:	40	20	60

Actividades no presenciales

Actividad	Total
<i>Actividades de búsqueda de información</i>	40
<i>Actividades de procesamiento de la información</i>	50

Actividad	Total
Total horas:	90

Resultados del proceso de aprendizaje

Conocimientos, competencias y habilidades

- C5 Conocer las bases psicológicas y los factores biopsico-sociales que inciden en el comportamiento humano.
- HD1 Adquirir habilidades de trabajo en equipo como unidad en la que se estructuran de forma uni o multidisciplinar e interdisciplinar los profesionales y demás personal relacionado con la evaluación diagnóstica y tratamiento de dietética y nutrición.
- HD4 Describir y argumentar las desigualdades culturales y sociales que pueden incidir en los hábitos de alimentación.
- HD26 Relacionar su futura labor profesional con sus potenciales impactos sociales y ambientales y con su contribución a los Objetivos de Desarrollo Sostenible.
- COM14 Identificar las bases de una alimentación saludable (suficiente, equilibrada, variada y adaptada).
- COM18 Identificar los problemas dietético-nutricionales del paciente, así como los factores de riesgo y las prácticas inadecuadas.
- COM24 Planificar y llevar a cabo programas de educación dietético-nutricional en sujetos sanos y enfermos.
- COM30 Adquirir la capacidad para intervenir en proyectos de promoción, prevención y protección con un enfoque comunitario y de salud pública.

Métodos e instrumentos de evaluación

Competencias	Examen	Medios de ejecución práctica	Producciones elaboradas por el estudiantado
C5		X	X
COM14	X		
COM18	X		X
COM24		X	X
COM30	X		X
HD1		X	X
HD26	X	X	
HD4	X	X	
Total (100%) Nota mínima (*)	60% 5	20% 5	20% 5

(*)La calificación mínima que deberán obtener los estudiantes en cada una de las actividades evaluables para poder superar la asignatura no podrá ser superior a 5.0.

Aclaraciones generales sobre los instrumentos de evaluación:

El examen estará constituido por una prueba objetiva de tipo test y/o preguntas cortas. Las producciones elaboradas por el estudiantado (proyectos globalizadores de carácter individual o grupal), los medios de ejecución práctica y los medios orales (exposiciones orales) serán realizadas a lo largo del cuatrimestre con calificación variable cada uno de ellos según

grado de dificultad. Para poder optar a la primera convocatoria ordinaria deberá aprobarse previamente la parte práctica de asignatura. En la segunda convocatoria ordinaria, podrán entregarse aquellas actividades prácticas (tanto los medios de ejecución práctica como las producciones elaboradas por el estudiantado) no superadas para poder ser calificadas.

En caso de no alcanzarse la nota mínima exigida en alguno de los instrumentos de evaluación, la calificación numérica final en el acta será de 3 (Suspense). Solo en el supuesto de que no se alcance la nota mínima en ninguno de los instrumentos, se calculará la calificación final del mismo modo que si se hubiese superado dicha nota en todos ellos, es decir, mediante la media ponderada. Las notas de prácticas se mantendrán un curso académico.

Si no se supera la nota mínima en algún instrumento de evaluación (producciones elaboradas por el estudiantado,

proyectos globalizadores de carácter individual o grupal) se podrá recuperar en el examen a través de un cuestionario en el examen final y la realización de un proyecto globalizador individual.

Además, para superar la asignatura, será indispensable un buen nivel de competencia lingüística y comunicativa. La falta de corrección en la elaboración de textos orales o escritos podrá repercutir de forma negativa en la calificación final.

Aclaraciones sobre la evaluación para el alumnado a tiempo parcial y necesidades educativas especiales:

El alumnado a tiempo parcial deberá ponerse en contacto con el profesorado de la asignatura durante las dos primeras semanas del cuatrimestre, para acordar las adaptaciones necesarias.

Respecto al alumnado con discapacidad y NEE, el profesorado seguirá las indicaciones del Informe elaborado por la unidad específica, realizando las acciones y/o adaptaciones oportunas para facilitar su normal acceso a la universidad. Reglamento para facilitar la incorporación e integración de personal con discapacidad a la Universidad de Córdoba (Acuerdo de Consejo de Gobierno, en sesión ordinaria de 28 de abril de 2017 <https://sede.uco.es/bouco/bandejaAnuncios/BOUCO/2017/00290>).

Aclaraciones sobre la evaluación de la convocatoria extraordinaria y convocatoria extraordinaria de finalización de estudios:

El alumnado que no tenga superado o no haya realizado los instrumentos de evaluación "medios de ejecución práctica y

producciones elaboradas" durante las convocatorias ordinarias del presente curso deberá entregar el día del examen de la primera convocatoria extraordinaria y/o convocatoria extraordinaria de finales de estudios, el trabajo requerido

durante el curso académico al que pertenece la convocatoria extraordinaria para los instrumentos de evaluación

Criterios de calificación para la obtención de Matrícula de Honor:

10

Objetivos de desarrollo sostenible

Salud y bienestar

*Las estrategias metodológicas y el sistema de evaluación contempladas en esta Guía Docente responderán a los principios de igualdad y no discriminación y deberán ser adaptadas de acuerdo a las necesidades presentadas por estudiantes con discapacidad y necesidades educativas especiales en los casos que se requieran.
El estudiantado deberá ser informado de los riesgos y las medidas que les afectan, en especial las que puedan tener consecuencias graves o muy graves (artículo 6 de la Política de Seguridad, Salud y Bienestar; BOUCO 23-02-23).*
