

## GUÍA DOCENTE

### DENOMINACIÓN DE LA ASIGNATURA

Denominación:	<b>MOTIVACIÓN EN LA CONSULTA NUTRICIONAL</b>		
Código:	103229		
Plan de estudios:	<b>MÁSTER UNIVERSITARIO EN NUTRICIÓN HUMANA</b>	Curso:	1
Créditos ECTS:	4.0	Horas de trabajo presencial:	30
Porcentaje de presencialidad:	30.0%	Horas de trabajo no presencial:	70
Plataforma virtual:	<a href="https://moodle.uco.es">https://moodle.uco.es</a>		

### DATOS DEL PROFESORADO

Nombre: VENTURA PUERTOS, PEDRO EMILIO (Coordinador)  
Departamento: ENFERMERÍA, FARMACOLOGÍA Y FISIOTERAPIA  
Área: ENFERMERÍA  
Ubicación del despacho: Anexo Edificio Sur, 1ª Planta  
E-Mail: [md2vepup@uco.es](mailto:md2vepup@uco.es) Teléfono: 957218092

Nombre: CUADRADO, ESTHER  
Departamento: PSICOLOGÍA  
Área: PSICOLOGÍA SOCIAL  
Ubicación del despacho: Primera Planta, Módulo E  
E-Mail: [m42cucue@uco.es](mailto:m42cucue@uco.es) Teléfono: 957212057

### REQUISITOS Y RECOMENDACIONES

#### Requisitos previos establecidos en el plan de estudios

Ninguno

#### Recomendaciones

Ninguna especificada

## GUÍA DOCENTE

### COMPETENCIAS

- CB6 Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación
- CB7 Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio
- CB8 Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios
- CB9 Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones y los conocimientos y razones últimas que las sustentan a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades
- CE10 Capacidad de describir la importancia de los alimentos y las recomendaciones alimentarias, orientadas hacia la construcción de guías alimentarias, valoración nutricional individual y colectiva y fundamentos en la elaboración de dietas
- CE19 Capacidad para explicar el comportamiento interactivo de la persona dentro de su contexto social, las bases de la motivación y su relación con la alimentación humana
- CE20 Capacidad para definir, describir, aplicar y fomentar estilos de vida saludables, el autocuidado, apoyando el mantenimiento de conductas preventivas y terapéuticas
- CE21 Capacidad de usar una comunicación eficaz con pacientes, familia, grupos sociales y compañeros y fomentar la educación para la salud a través de mensajes persuasivos y motivadores
- CE23 Capacidad para identificar problemas relacionados con la nutrición inadecuada y para tomar decisiones orientadas a la salud
- CE24 Capacidad de aplicar una comprensión sistemática para el estudio de problemas de salud relacionados con la nutrición y el dominio de las habilidades y métodos de investigación relacionados con dicho campo
- CE26 Capacidad de analizar críticamente, de evaluar y de sintetizar ideas nuevas y complejas en relación a la nutrición humana
- CG3 Demostrar la capacidad de diseñar y aplicar conceptos teóricos en la práctica
- CG5 Conocer y manejar bases de datos relacionadas con fuentes del conocimiento
- CG6 Demostrar el manejo de las fuentes de información científica y recursos útiles para el estudio, la investigación y el planteamiento de hipótesis
- CT3 Capacidad para impulsar el análisis y síntesis, la organización y planificación, la comunicación oral y escrita, la resolución de problemas, la toma de decisiones, el trabajo en equipo, el razonamiento crítico, el aprendizaje autónomo y la creatividad, aplicar los conocimientos teóricos en la práctica y el uso de Internet como medio de comunicación y como fuente de información

### OBJETIVOS

Introducir al alumnado en el aprendizaje del counselling nutricional y de la entrevista motivacional, abordando sus principales herramientas para su aplicación en la consulta clínica, y fundamentando dicho aprendizaje en las teorías motivacionales más relevantes.

## GUÍA DOCENTE

### CONTENIDOS

#### 1. Contenidos teóricos

1.1. **Teorías motivacionales** que sustentan la relación psicología - bienestar. Fundamentos de la psicología para abordar la relación entre los factores psicosociales y los comportamientos nutricionales saludables. El papel de las variables personales, situacionales y autorreguladoras en la adherencia a la dieta. La motivación: concepto, naturaleza y principales teorías motivacionales clásicas y contemporáneas. Evaluación de la autoeficacia para la dieta y mecanismos para generar autoeficacia en los pacientes. Aplicación de las campañas de normas sociales al ámbito de la salud nutricional.

1.2. **Counselling nutricional:** protagonistas, ideas marco asociadas, objetivos, método, habilidades. (Intervenciones a nivel cognitivo, fisiológico, conductual, de comunicación y de motivación para el cambio de conducta). Modelo PRECEDE para el diagnóstico comportamental. Decálogo de petición de cambio de conducta. Entrevista motivacional: modelo de estadios del cambio; principios fundamentales para el cambio de conducta; fundamentos de la entrevista motivacional; técnicas de apoyo narrativo; técnicas para incrementar el nivel de conciencia con respecto al cambio; actuaciones adaptadas a los estadios del cambio; entrevista motivacional breve. Herramientas de coaching nutricional; alimentación emocional.

Todos contenidos de la asignatura están en sintonía, de manera transversal, con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 de las Naciones Unidas, concretamente con el número dos, o Hambre Cero (con metas como la lucha contra la malnutrición en todas sus formas), con el número tres, o Salud y Bienestar (con metas como la lucha contra las enfermedades no transmisibles y el cuidado y promoción de la salud mental), y con el número cuatro, Educación de calidad (con metas como la capacitación de formadores)

#### 2. Contenidos prácticos

En base a una metodología activa y participativa, la asignatura se impartirá mediante el desarrollo de clases teóricas y prácticas, en las que se combinará la exposición de los contenidos por parte de la profesora o profesor, con dinámicas grupales y trabajos por parte de los alumnos/as. En el transcurso de la presentación de los diferentes temas, se unirán teoría y práctica, planteándose diferentes aplicaciones de la asignatura al ámbito de la Salud, utilizando las prácticas como eje de actuación. Durante la práctica el profesorado comprobará que el alumnado está comprendiendo el objetivo de la misma y se están implicando en su desarrollo, tanto en la finalidad experimental como en el procedimiento seguido. Se pondrá especial énfasis en el cumplimiento de las tareas en el trabajo en grupos. Las clases prácticas servirán para la aplicación de los conocimientos adquiridos mediante diversas herramientas de aprendizaje, fomentando en el alumnado una actitud proactiva y de reflexión en el desarrollo de la asignatura, facilitando la aplicación, investigación, descubrimiento, y el desarrollo de la creatividad en la solución de problemas, así como su adaptabilidad a un entorno cambiante

### OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE RELACIONADOS CON LOS CONTENIDOS

Hambre cero  
Salud y bienestar  
Educación de calidad

## GUÍA DOCENTE

### METODOLOGÍA

#### Aclaraciones

En el caso de que el/la alumno/a no pueda asistir a las sesiones presenciales de aula, por estar a tiempo parcial o por incorporarse más tarde al grado, notificará esta condición al profesorado lo antes posible a fin de establecerlos mecanismos de tutorización. El alumnado no presencial o que se incorpore a las clases más tarde, no estará exento de la realización de las actividades propuestas a través de la plataforma moodle, habilitando un plazo adaptado para su entrega. Siguiendo una metodología activa y participativa, la asignatura se impartirá mediante el desarrollo de clases teórico-prácticas, en las que se combinará la exposición de los contenidos por parte de la profesora o profesor, con dinámicas grupales y trabajos por parte de los alumnos/as. Durante el periodo lectivo, las/os profesoras/es estarán disponibles para atender a los estudiantes en tutorías individuales y grupales, así como en el foro virtual de la asignatura.

#### Actividades presenciales

Actividad	Total
<i>Lección magistral</i>	15
<i>Trabajos en grupo (cooperativo)</i>	10
<i>Tutorías</i>	5
<b><i>Total horas:</i></b>	<b>30</b>

#### Actividades no presenciales

Actividad	Total
<i>Consultas bibliográficas</i>	15
<i>Estudio</i>	40
<i>Trabajo de grupo</i>	15
<b><i>Total horas:</i></b>	<b>70</b>

### MATERIAL DE TRABAJO PARA EL ALUMNO

Casos y supuestos prácticos  
 Dossier de documentación  
 Manual de la asignatura  
 Presentaciones PowerPoint  
 Referencias Bibliográficas

#### Aclaraciones

- Recursos propios de la plataforma virtual Moodle (Foros, Wiki, Bases de datos, Glosario, Archivos, PáginasWeb).
- Consideraciones medioambientales y tecnológicas nos llevan al fomento del uso de las TICs como soporte de los materiales de trabajo.

**GUÍA DOCENTE****EVALUACIÓN**

Instrumentos	Porcentaje
Exposiciones	15%
Seminarios	50%
Trabajos y proyectos	35%

**Periodo de validez de las calificaciones parciales:**

El periodo de validez de calificaciones parciales será indefinido.

**Aclaraciones:**

El alumnado con dificultades para la asistencia plena, no estará exento de realizar las actividades teóricas y prácticas, más un examen cuyos detalles se le notificarán a través de la plataforma Moodle. Así, debería ponerse en contacto con el profesorado cuando inicie la asignatura

**Aclaraciones:****BIBLIOGRAFIA****1. Bibliografía básica**

- Amigo Vázquez, I. (2017). Manual de psicología de la salud (3ª Ed.). Madrid: Pirámide.
- Bimbela, J. L. (2005). Cuidando al profesional de la salud. Habilidades emocionales y de comunicación. (7a ed.). Granada: Escuela Andaluza de Salud Pública.
- Clifford, D., y L. Curtis. 2016. *Motivational Interviewing in Nutrition and Fitness*. New York London: The Guilford Press.
- Fleta, Y., & Giménez, J. (2017). Coaching Nutricional. Barcelona: De bolsillo clave.
- Lombarte, L., & Fleta, Y. (2017). Las emociones se sientan a la mesa. Barcelona: comanegra.
- Marina, J. A. (2011). *Los secretos de la motivación* (2.a ed.). Ariel.
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (2008). La entrevista motivacional. Preparar para el cambio de conductas adictivas. Barcelona: Paidós.

**2. Bibliografía complementaria**

- Anderson, E. S., Winett, R. A., Wojcik J. R. & Williams, D. M. (2010). Social cognitive mediators of change in a group randomized nutrition and physical activity intervention. Social support, self-efficacy, outcome expectation and self-regulation in the guide-to-health trial. *Journal of Health Psychology*, 15(1), 21-32. DOI: 10.1177 /1359105309342297
- Cuadrado, E., Gutiérrez-Domingo, T., Castillo-Mayen, R., Luque, B., Arenas, A., & Taberero, C. (2018). The self-efficacy scale for adherence to the Mediterranean diet (SESAMeD): a scale construction and validation. *Appetite*, 120, 6-15. DOI: 10.1016/j.appet.2017.08.015
- Goodman, B. (2015). *Psychology and Sociology in Nursing* (2.a ed.). Londres: SAGE.
- Menéndez, I. (2007). Alimentación emocional. Barcelona: De bolsillo.

## GUÍA DOCENTE

Moya, T. J. (2019). Coaching nutricional y motivación para el cambio de conducta alimentaria. *Revista Chilena de Nutrición*, 46(1), 76-83. DOI:10.4067/S0717-75182019000100073

Robinson, E., Thomas, J., Aveyard, P., & Higgs, S. (2014). What everyone else is eating: a systematic review and meta-analysis of the effect of informational eating norms on eating behavior. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 114(3), 414-429. DOI: 10.1016/j.jand.2013.11.009

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68.

Las estrategias metodológicas y el sistema de evaluación contempladas en esta Guía Docente serán adaptadas de acuerdo a las necesidades presentadas por estudiantes con discapacidad y necesidades educativas especiales en los casos que se requieran.