

# UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE YUCATÁN



## Estrategias para el Cambio de Conducta Alimentaria

### 1. DATOS GENERALES DE IDENTIFICACIÓN

a. Nombre de la asignatura	Estrategias para el Cambio de Conducta Alimentaria				
b. Tipo	Optativa				
c. Modalidad	Mixta				
d. Ubicación	A partir de 5° Semestre				
e. Duración total en horas	96	Horas presenciales	48	Horas no presenciales	48
f. Créditos	6				
g. Requisitos académicos previos	Haber acreditado la asignatura optativa: Relación profesional de la salud-paciente.				

## **2. INTENCIONALIDAD FORMATIVA DE LA ASIGNATURA**

La asignatura Estrategias para el Cambio de Conducta Alimentaria aporta a los estudiantes los fundamentos teóricos para explicar los hábitos de consumo y conducta de ingesta de los individuos; así como los métodos de intervención educativa que promueven el desarrollo de habilidades y actitudes, para contribuir a un estilo de vida saludable a nivel colectivo e individual. Esta asignatura contribuye al desarrollo del perfil de egreso de los estudiantes principalmente en las áreas de competencia: Intervención Nutricional y Educación para la Salud.

## **3. RELACIÓN CON OTRAS ASIGNATURAS**

Se relaciona con las asignaturas obligatorias: Psicología de la salud, Taller de educación para la salud, Diseño de materiales educativos y Diseño de programas de intervención; así como con las asignaturas optativas: Relación profesional de la salud-paciente, Estrategias educativas en alimentación con enfoque intercultural.

## **4. COMPETENCIA A DESARROLLAR EN LA ASIGNATURA**

Emplea de manera fundamentada las estrategias educativas basadas en el Modelo Biopsicosocial de Comportamiento para promover una conducta alimentaria saludable.

## **5. COMPETENCIAS GENÉRICAS, DISCIPLINARES Y ESPECÍFICAS A LAS QUE CONTRIBUYE LA ASIGNATURA**

### **Genéricas**

- Se comunica en español en forma oral y escrita en sus intervenciones profesionales y en su vida personal, utilizando correctamente el idioma.
- Desarrolla su pensamiento en intervenciones profesionales y personales, de manera crítica, reflexiva y creativa.
- Manifiesta comportamientos profesionales y personales, en los ámbitos en los que se desenvuelve, de manera transparente y ética.
- Toma decisiones en su práctica profesional y personal, de manera responsable.
- Establece relaciones interpersonales, en los ámbitos en los que se desenvuelve, de manera positiva y respetuosa.

### **Disciplinares**

- Aplica el pensamiento crítico en su actuar profesional, manifestándose como persona responsable, creativa e innovadora.
- Toma decisiones profesionales con base en fundamentos científicos y éticos.
- Utiliza estrategias educativas pertinentes para promover estilos de vida saludables a nivel individual o grupal.

### **Específicas**

- Describe de acuerdo al modelo biopsicosocial, las variables que influyen en los hábitos alimentarios y modificación de conducta
- Emplea de manera fundamentada técnicas basadas en las teorías de cambio de conducta en salud, para favorecer la motivación y adherencia terapéutica en la consulta clínica.
- Diseña de manera creativa estrategias educativas basadas en mercadotecnia social en salud para promover una conducta saludable de alimentación.

## **6. CONTENIDOS ESENCIALES PARA EL DESARROLLO DE LA COMPETENCIA DE LA ASIGNATURA**

- Hambre y apetito.
- Teorías de la conducta y bases estructurales del comportamiento alimentario
- Modelo biopsicosocial del comportamiento, variables y niveles de influencia de la alimentación
- Teorías del cambio de conducta en salud
- Estrategias de apoyo cognitivo conductual
- Asesoría Nutricional (Coaching)
- Entrevista motivacional
- Comunicación social y promoción de salud
- Mercadotecnia social en salud

## **7. ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE**

- Análisis crítico reflexivo
- Estudio de casos
- Investigación documental
- Aprendizaje colaborativo
- Aprendizaje basado en problemas

## **8. ESTRATEGIAS GENERALES DE EVALUACIÓN**

### **Evaluación de proceso 70 %**

- Resolución de problemas y ejercicios
- Exposición
- Estudio de caso
- Cuestionario
- Juego de roles
- Foro de discusión
- Análisis crítico reflexivo

### **Evaluación de producto – 30 %**

- Trabajo integrador: desarrollo de estrategia de mercadotecnia social en salud (plan de marketing).

## **9. REFERENCIAS**

- 1.- Boyle M.A. y Holben H. D. Community Nutrition in Action An Entrepreneurial Approach. 5º Ed. U.S.A. Cengage Learning Inc, 2010.
- 2.- Carriedo A., Bonvecchio A, López N., y col. Uso del Mercadeo Social para Aumentar el Consumo de Agua en Escolares de la Ciudad de México. Salud Pública Mex 2013 supl 3:S388-S396
- 3.- Contento I.R. Nutrition Education. Linking Research, Theory and Practice. U.S.A., Jones and Barlett Publishers, 2007.
- 4.- Garry Martin. Modificación de Conducta. ¿Qué es y cómo aplicarla? España, Editorial Pearson Educación S.A., 2008.
- 5.- Hanerlberg L. Fundamentos del Coaching. American Society for Training and Development. España, Editorial Gestión Dos Mil, 2007.
- 6.- Kaufer H., Lizaur P., Arroyo P. Nutriología Médica. 3ª Ed. México, FUNSALUD Editorial Panamericana, 2014.
- 7.- Kathleen M.L., Escott-Stump., Raymond L.J. Dietoterapia. 13ª Ed. España, Elseiver, 2013.

- 8.- Kotler P y Amstrong G. Marketing. Mercado de Consumo y Comportamiento de Compra de los Consumidores. 14ª Ed. U.S.A., Marketing Pearson, 2014.
- 9.- Latinovic L., Almazán del Castillo R., Herrera Castillo I.N., y col. Catálogo de Medios Complementarios y Alternativos. Secretaria de Salud México, 2010.
- 10.- Latinovic L., Almazán del Castillo R., Herrera Castillo I.N., y col. Manual de Mercadotecnia Social en Salud. Secretaria de Salud México, 2010.
- 11.- Latinovic L., Santos Burgoa G., Pliego P. Manual para el Uso de Medios Sociales en Salud. Secretaria de Salud México, 2012.
- 12.- León Rubio J., Medina Anzano S., Barriga Jiménez S., y col. Psicología de la Salud y Calidad de Vida. España, Editorial OUC, 2004.
- 13.- López Espinoza A. y Magaña González C. Hábitos Alimentarios. Psicobiología y Socioantropología de la Alimentación. México, Mc Graw Hill Interamericana, 2014.
- 14.- Miller R.W. y Rollnick S. La Entrevista Motivacional. España, Editorial Paidós, 2015
- 15.- Molins Roca J. Comunicar Salud: El Paciente Aliado. Rev Medical Economics, 2012:26-29.
- 16.- Mora de Lavin M., Graell Berna., Blanco Fernández M.A. Trastornos de la Conducta Alimentaria y Obesidad. Un Enfoque Integral. México, Editorial Panamericana, 2014.
- 17.- National Cancer Institute. Theory at Glance A Guide For Health Promotion Practice. Departamento of Health and Human Services, U.S.A. 2005.
- 18.- Oblitas Guadalupe L.A. Psicología de la Salud y Calidad de Vida. 3ª Ed. México, Cenage Learning Editores, 2010
- 19.- Odgen J. Psicología de la Alimentación. España, Ediciones Morata, 2005.
- 20.- Olivares Rodríguez J. y Méndez Carrillo F.X. Psicología: Técnicas de Modificación de Conducta. 6ª Ed., España, Biblioteca Nueva S.L., 2013.
- 21.- Sánchez G. Coaching Nutricional para la Pérdida de Peso. Rev Nutrición Hospitalaria 2016: 1(33):135-139.

## **10. PERFIL DESEABLE DEL PROFESOR**

- Licenciado en Nutrición con posgrado en nutrición
- Experiencia profesional mínima de 2 años
- Experiencia docente mínima de 2 años
- Es necesario que el profesor posea todas las competencias que se declaran en la asignatura que va a impartir