

## GUÍA DOCENTE 2024-2025

### DATOS GENERALES DE LA ASIGNATURA

<b>ASIGNATURA:</b>	Educación y coaching nutricional
<b>PLAN DE ESTUDIOS:</b>	Grado de Nutrición Humana y Dietética
<b>FACULTAD:</b>	Facultad de Ciencias de la Salud
<b>CARÁCTER DE LA ASIGNATURA:</b>	Obligatoria
<b>ECTS:</b>	6
<b>CURSO:</b>	Cuarto
<b>SEMESTRE:</b>	Primero
<b>IDIOMA EN QUE SE IMPARTE:</b>	Castellano
<b>PROFESORADO:</b>	Irene Doporto Josa
<b>DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO:</b>	irene.doporto@uneatlantico.es

### DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA

<b>REQUISITOS PREVIOS:</b>
No aplica.
<b>CONTENIDOS:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Tema 1. Promoción de la salud             <ul style="list-style-type: none"> <li>1.1 Salud y sus determinantes</li> <li>1.2 Políticas y estrategias dirigidas a mejorar la alimentación / nutrición de la población</li> <li>1.3 Planificación, programación y evaluación en la promoción de la salud.</li> <li>1.4 Diseño de un programa de educación nutricional</li> </ul> </li> <li>● Tema 2. Educación nutricional para la salud.             <ul style="list-style-type: none"> <li>2.1 Contexto epidemiológico para la educación nutricional.</li> </ul> </li> </ul>

- 2.2 Conceptos de educación para la salud y educación alimentaria.
- 2.3 Aplicación de la educación alimentaria y tipos de intervenciones.
- 2.4 Factores que condicionan la conducta alimentaria.
- 2.5 Estilos de aprendizaje y de enseñanza.
- Tema 3. Educación nutricional a lo largo del ciclo vital.
  - 3.1 Infancia y adolescencia.
  - 3.2 Embarazo y lactancia.
  - 3.3 Edad avanzada.
  - 3.4 Población general adulta
  - 3.5 Colectivos vulnerables
- Tema 4. Educación nutricional en el ámbito clínico – asistencial
  - 4.1 Características del educador nutricional.
  - 4.2 Ética y compromiso social en la educación alimentaria-nutricional.
  - 4.3 Comunicación verbal y no verbal.
  - 4.4 Educación nutricional desde un enfoque multidisciplinar y factores influyentes en la conducta alimentaria.
- Tema 5. Asesoramiento individualizado en la consulta de nutrición
  - 5.1 Condicionamiento clásico y condicionamiento no directivo.
  - 5.2 Teorías sobre la motivación y la entrevista motivacional.
  - 5.3 Cambio cognitivo en la educación nutricional.
  - 5.4 Herramientas y ejemplos para el asesoramiento individualizado.
- Tema 6. Coaching y su aplicación en la consulta de nutrición.
  - 6.1 Definición de coaching y coaching nutricional. Objetivos del coaching nutricional.
  - 6.2 Actitudes y habilidades del coach
  - 6.3 Competencias en el coaching. Código deontológico en coaching.
  - 6.4 Metodología y técnica del proceso de coaching.
  - 6.5 Herramientas de coaching para la consulta de nutrición

**PROGRAMA PRÁCTICO:**

- Role-playing
- Simulación de entrevista motivacional
- Casos prácticos

## COMPETENCIAS

### COMPETENCIAS GENERALES:

Que los estudiantes sean capaces de:

- CG6 - Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios.
- CG7 - Tener la capacidad de elaborar informes y cumplimentar registros relativos a la intervención profesional del Dietista-Nutricionista.
- CG10 - Elaborar, interpretar y manejar las tablas y bases de datos de composición de alimentos.
- CG14 - Aplicar los conocimientos científicos de la fisiología, fisiopatología, la nutrición y alimentación a la planificación y consejo dietético en individuos y colectividades, a lo largo del ciclo vital, tanto sanos como enfermos.
- CG15 - Diseñar y llevar a cabo protocolos de evaluación del estado nutricional, identificando los factores de riesgo nutricional.
- CG16 - Interpretar el diagnóstico nutricional, evaluar los aspectos nutricionales de una historia clínica y realizar el plan de actuación dietética.
- CG17 - Conocer la estructura de los servicios de alimentación y unidades de alimentación y nutrición hospitalaria, identificando y desarrollando las funciones del Dietista-Nutricionista dentro del equipo multidisciplinar.
- CG18 - Intervenir en la organización, gestión e implementación de las distintas modalidades de alimentación y soporte nutricional hospitalario y del tratamiento dietético-nutricional ambulatorio.
- CG19 - Conocer las organizaciones de salud, nacionales e internacionales, así como los diferentes sistemas de salud, reconociendo el papel del Dietista-Nutricionista.
- CG20 - Conocer e intervenir en el diseño, realización y validación de estudios epidemiológicos nutricionales, así como participar en la planificación, análisis y evaluación de programas de intervención en alimentación y nutrición en distintos ámbitos.
- CG21 - Ser capaz de participar en actividades de promoción de la salud y prevención de trastornos y enfermedades relacionadas con la nutrición y los estilos de vida, llevando a cabo la educación alimentaria- nutricional de la población.
- CG22 - Colaborar en la planificación y desarrollo de políticas en materia de alimentación, nutrición y seguridad alimentaria basadas en las necesidades de la población y la protección de la salud.
- CG25 - Participar en la gestión, organización y desarrollo de los servicios de alimentación.
- CG1 - 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 desarrollándose con respecto a las personas, sus hábitos, creencias y culturas.

- CG2 - Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo.
- CG3 - Reconocer la necesidad de mantener y actualizar la competencia profesional, prestando especial importancia al aprendizaje, de manera autónoma y continuada, de nuevos conocimientos, productos y técnicas en nutrición y alimentación, así como a la motivación por la calidad.
- CG4 - Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional.
- CG5 - 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.
- CG29 - Adquirir la formación básica para la actividad investigadora, siendo capaces de formular hipótesis, recoger e interpretar la información para la resolución de problemas siguiendo el método científico, y comprendiendo la importancia y las limitaciones del pensamiento científico en materia sanitaria y nutricional.

#### COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:

Que los estudiantes sean capaces de:

- CE6 - Conocer los distintos métodos educativos de aplicación en ciencias de la salud, así como las técnicas de comunicación aplicables en alimentación y nutrición humana.
- CE48 - Ser capaz de fundamentar los principios científicos que sustentan la intervención del dietista-nutricionista, supeditando su actuación profesional a la evidencia científica.

#### RESULTADOS DE APRENDIZAJE:

En esta asignatura se espera que los alumnos alcancen los siguientes resultados de aprendizaje:

- Conocer los distintos métodos educativos de aplicación en ciencias de la salud y seleccionar aquel que sea más eficaz.
- Conocer las técnicas de comunicación aplicables en alimentación y nutrición humana.
- Diseñar, intervenir y ejecutar formación en nutrición y dietética adaptada a los objetivos y necesidades de los asistentes a dicha formación.
- Planificar políticas alimentarias-nutricionales para la educación alimentaria y nutricional de la población estableciendo objetivos medibles, realistas y alcanzables.

## METODOLOGÍAS DOCENTES Y ACTIVIDADES FORMATIVAS

### METODOLOGÍAS DOCENTES:

En esta asignatura se ponen en práctica diferentes metodologías docentes con el objetivo de que los alumnos puedan obtener los resultados de aprendizaje definidos anteriormente:

- Método Expositivo.
- Resolución de Ejercicios.
- Aprendizaje Cooperativo / Trabajo en Grupo.
- Trabajo Autónomo.

### ACTIVIDADES FORMATIVAS:

A partir de las metodologías docentes especificadas anteriormente, en esta asignatura, el alumno participará en las siguientes actividades formativas:

	Actividades formativas	Horas
Actividades dirigidas	Clases de Teoría	20
	Clases prácticas	18
	Seminarios y talleres	14
Actividades supervisadas	Supervisión de actividades	8
	Tutorías (individual / en grupo)	4
Actividades autónomas	Preparación de clases	10
	Estudio personal y lecturas	30
	Elaboración de trabajos	32
	Trabajo en campus virtual	8
Actividades de evaluación	Actividades de evaluación	6

El primer día de clase, se proporcionará información más detallada al respecto.

## SISTEMA DE EVALUACIÓN

### CONVOCATORIA ORDINARIA:

En la convocatoria ordinaria de esta asignatura se aplican los siguientes instrumentos de evaluación:

	Actividades de evaluación	Ponderación
Evaluación continua	1 Elaboración y Exposición de Trabajos	15%
	2 Entregas de Ejercicios/Portfolios	10%
	1 Prueba Parcial	25%
Evaluación final	1 Prueba Teórico/Práctica	50%

La calificación del instrumento de la evaluación final (tanto de la convocatoria ordinaria como de la extraordinaria, según corresponda) **no podrá ser inferior, en ningún caso, a 4,0 puntos** (escala 0 a 10) para aprobar la asignatura y consecuentemente poder realizar el cálculo de porcentajes en la calificación final.

#### CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA:

La convocatoria extraordinaria tendrá lugar durante el mes de julio (consúltese el calendario académico fijado por la universidad). Esta consistirá en la realización de una Prueba Teórico/Práctica con un valor del 50% de la nota final de la asignatura. El resto de la nota se complementará con la calificación obtenida en la evaluación continua de la convocatoria ordinaria.

## BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS DE REFERENCIA GENERALES

#### BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

Las siguientes referencias son de consulta obligatoria:

- Holli B, Beto J. Educación Nutricional. Guía para profesionales de la nutrición. 7ª ed. Barcelona: Wolters Kluwer; 2018.

#### BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

Las siguientes referencias no se consideran de consulta obligatoria, pero su lectura es muy recomendable para aquellos estudiantes que quieran profundizar en los temas que se abordan en la asignatura.

- Frost H, Campbell P, Maxwell M, O'Carroll RE, Dombrowski SU, Williams B, et al. Effectiveness of Motivational Interviewing on adult behaviour change in health and social care settings: A systematic review of reviews. PLoS One. 2018; 13(10): e0204890.
- Barrett S, Begg S, O'Halloran P, Kingsley M. Integrated motivational interviewing and cognitive behaviour therapy for lifestyle mediators of overweight and obesity in community-dwelling adults: a systematic review and meta-analyses. BMC Public Health. 2018; 18(1): 1160.
- Beleigoli AM, Andrade AQ, Cançado AG, Paulo MN, Diniz MFH, Ribeiro AL. Web-Based Digital Health Interventions for Weight Loss and Lifestyle Habit Changes in Overweight and Obese Adults: Systematic Review and Meta-Analysis. J Med Internet Res. 2019; 21(1): e298.
- Zhou P, Zhao Y, Xiao S, Zhao K. The impact of online health community engagement on lifestyle changes: A serially mediated model. Front Public Health. 2022; 10: 987331.

- Sieczkowska SM, de Lima AP, Swinton PA, Dolan E, Roschel H, Gualano B. Health Coaching Strategies for Weight Loss: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Adv Nutr.* 2021; 12(4): 1449-1460.
- Gea A, Caballero P, Wanden-Berghe C, Sanz-Lorente M, López-Pintor E. Effectiveness of Workplace-Based Diet and Lifestyle Interventions on Risk Factors in Workers with Metabolic Syndrome: A Systematic Review, Meta-Analysis and Meta-Regression. *Nutrients.* 2021; 13(12): 4560.
- Molins Roca J. *Coaching y salud.* 4ª ed. Barcelona: Plataforma Editorial; 2018.
- Custó E. *Tengo un TCA. ¿Y ahora qué? Guía para la recuperación de tu trastorno alimentario.* 1ª ed. Círculo Rojo; 2022.
- Fleta Y, Giménez J. *Alimentación consciente: reduce tu ansiedad y mejora tu dieta.* 1ª ed. Grijalbo; 2020.
- Herrero G, Andrades C. *Psiconutrición. Aprende a tener una relación saludable con la comida.* 1ª ed. ARCOPRESS; 2020.
- Fleta Y, Giménez J. *Coaching nutricional. Haz que tu dieta funcione.* Barcelona: DeBolsillo; 2017.

#### BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:

-

#### OTRAS FUENTES DE CONSULTA:

-