



# Curso ICA de:

**CURSO DE POSTGRADO**

**DURACION: 150 HORAS**

**CRÉDITOS: 15**

**OBJETIVOS:**

- 1.- Conocimiento de los principales trastornos de alimentación: Anorexia y Bulimia.
- 2.- Aspectos socioculturales en relación a la problemática
- 3.- Medidas de Prevención a nivel psicosocial

**CONTENIDOS:**

- HISTORIA
- ASPECTOS PSICOLÓGICOS Y PSICOPATOLOGICOS DE LA ALIMENTACIÓN:
  - Significación psicológica de la toma de alimento
  - Comportamiento ante la alimentación en el desarrollo del niño
  - Problemas de alimentación en psiquiatría de adultos
  - La anorexia mental
- » ORIGEN DEL TRASTORNO
  - Introducción
  - Etiología
  - Factores predisponentes
  - Factores precipitantes
  - Factores de mantenimiento
  - Factores socioculturales
- PUBLICIDAD Y DESORDENES ALIMENTARIOS
  - Teorías causales

- INCIDENCIA

- DIAGNOSTICO

-Definición

-Criterios diagnósticos

- La entrevista diagnóstica

- Importancia de un diagnóstico acertado

- Manifestaciones clínicas

- Subtipos de la anorexia nerviosa:

-> Características conductuales

-> Características afectivas

- Características cognitivas

- Características socioculturales

- Factores y trastornos de personalidad

- Depresión en anorexia nerviosa

- TRATAMIENTO:

- Modalidades de tratamiento

- Tratamiento farmacológico

- Terapia familiar

- PLAN DE CUIDADOS PARA UNA ANOREXICA NERVIOSA

- ANSIEDAD EN LOS PROFESIONALES DE ENFERMERIA

- APENDICES:

- TRUCOS UTILIZADOS POR LAS ANOREXICAS

**MODULO II: BULIMIA**

- DEFINICIÓN DE LA BULIMIA

- Definición.

- Criterios de diagnóstico de bulimia nerviosa según C.I.E.

- MODA, PUBLICIDAD Y MEDIOS DE COMUNICACIÓN.

- Anorexia y bulimia: una epidemia de moda.

- Modas y cambios en las costumbres.

- Publicidad y venta de insatisfacción.

- La industria adelgazante.

- Contagio de las modas.

- SER MUJER Y SER JOVEN: DOBLE FACTOR DE RIESGO.

- Introducción.

.- Adolescencia como modelo.

- Factores de riesgo en la población para padecer bulimia o anorexia.

- COMO ENTENDER LA BULIMIA NERVIOSA.

- Introducción.

- Examen médico.

- Compromiso terapéutico.

- INTENTANDO ENTENDER LA BULIMIA.

- La negación de la enfermedad.

- La lucha interna.

- El temor a crecer.
- El miedo a engordar.
- La obsesión por adelgazar.
- Insatisfacción personal y corporal.
- Distorsión de la imagen corporal.
- El cambio personal y la pérdida de peso.
- El placer del control y el miedo al descontrol.
- Cosas extrañas con la comida.
- Baja autoestima e ideas depresivas.
- La falta de estímulos. Anhedonia y Alexitimia.
- La búsqueda de perfección.
- No quiero ser como mamá.
- Activación de procesos de odio hacia la madre o el padre.
- El aislamiento social.
- La dificultad para pensar o aprender.
- LA FAMILIA DE LA BULIMICA: ¿ES CULPABLE?
- La familia y el hogar. Ventajas y desventajas ante la bulimia.
- La familia y su dolor.
- El dolor y los problemas familiares en la aparición de la enfermedad .
- Antecedentes familiares.
- Repercusiones de la enfermedad ante la familia.
- Problemas para encontrar ayuda profesional, decisión familiar
- La búsqueda de asistencia. La sensibilidad del sistema sanitario.

- El diagnóstico y sus consecuencias.
- Apoyo familiar al tratamiento. Participación de la familia.
- Vivir con una bulímica.
- Cuando la familia enferma.
- DIAGNOSTICO Y TIPOS DE BULIMIA NERVIOSA.
- Clasificación de bulimia nerviosa.
- Clínica médica y atribuciones psicológicas.
- Factores de mantenimiento de la enfermedad.
- Sufrimiento mental.
- Otros rasgos psicopatológicos.
- TRATAMIENTO DE LA BULIMIA NERVIOSA.
- Aspectos generales.
- Tratamiento ambulatorio.
- Psicoterapias en bulimia nerviosa.
- La hospitalización.

### **MODULO III: TALLERES DE PREVENCIÓN**

#### **INTRODUCCIÓN**

1. Población a la que va dirigida el programa
2. Secuencia de intervención en el programa que se desarrolla en los institutos
3. Secuencia de intervención del programa realizado a través de los padres en un contexto no educativo
4. Desarrollo del programa en el contexto educativo
5. Grupo de trabajo..

## 1. ENTREVISTA ENDEFA-1 21

### 1. Entrevista ENDEFA

#### 1.1 Factores evaluados en la entrevista

#### 1.2 Evaluación de los factores de riesgo

### 2. Entrevistas con niños y padres

#### 2.1. Recomendaciones para la práctica de la entrevista de detección del trastorno o situación de riesgo (ENDEFA-1)

#### 2.2. Recomendaciones para la entrevista de derivación con niños

#### 2.3. Recomendaciones para la entrevista de derivación con padres

## 2. CURSOS PARA PROFESORES, TUTORES Y .ORIENTADORES

### 1. Justificación de la incorporación de este colectivo en el programa de prevención

### 2. Objetivos de la formación

### 3. Contenidos de la formación

#### 3.1. Trastornos de la alimentación: presentación de los criterios diagnósticos y síntomas de la anorexia y de la bulimia nerviosa

#### 3.2. Factores de riesgo

##### 3.2.1. Psicológicos.

##### 3.2.2. Familiares

##### 3.2.3. Sociales

#### 3.3. Situaciones de estrés precipitantes de estos trastornos

#### 3.4. La insatisfacción corporal como un factor de riesgo específico

#### 3.5. Pautas de actuación con el niño y con los profesores en la detección de un

caso de riesgo sin síntomas de Trastorno de la Alimentación. Habilidades para comunicar la situación de riesgo a la familia

3.6. Protocolo de actuación en el caso de la detección de un niño que presenta algunos síntomas clínicos de Trastornos de la Alimentación 41

3.7. Información acerca de los profesionales implicados en el tratamiento de estos trastornos. De las redes de apoyo asistencial así como de las unidades de tratamiento

4. Estructura del curso

5. Dificultades encontradas para llevar a cabo el curso de profesores

3. CURSO PARA PROFESORES DE EDUCACIÓN FÍSICA

1. Justificación del curso

2. La insatisfacción corporal como un factor de riesgo específico

3. Pautas de actuación para detectar la situación de riesgo

4. Habilidades para comunicar la situación de riesgo a la familia

5. Actitudes y conductas a desarrollar en las clases de educación física que pueden contribuir a la prevención y/o detección precoz de estos trastornos

6. Dificultades específicas encontradas en el curso para este colectivo

4. TALLERES DE PREVENCIÓN CON PADRES

1. Justificación

4. Contenidos

4.1. Explicación del motivo de asistencia

4.2. Características de cada factor de riesgo .

4.2.1. Dieta



- 4.2.2. Insatisfacción corporal
- 4.2.3. Perfeccionismo
- 4.2.4. Baja autoestima 56 .
- 4.2.5. Experiencias subjetivas internas de fracaso
- 4.2.6. Impulsividad...
- 4.2.7. Conducta sumisa y necesidad de aprobación
- 4.2.8. Comportamientos agresivos
- 4.2.9. Hiperresponsabilidad
- 4.3. Grupos de trabajo a favor y en contra del factor de riesgo

que se esté trabajando

4.4. Lecturas recomendadas

5. Dificultades que pueden surgir en el trabajo con padres

5.1. ¿Qué hacer si los padres se sienten culpables?

5.2. ¿Qué hacer si no se sienten implicados en el taller?

5.3. ¿Qué hacer si muestran una actitud defensiva?

5.4. ¿Qué hacer si hablan de Anorexia o Bulimia nerviosas?

5.5. ¿Qué hacer si consideran el perfeccionismo como algo positivo?

5. TALLERES DE PREVENCIÓN PARA NIÑOS EN SITUACIÓN DE RIESGO

1. Justificación de los talleres

2. Objetivos generales de los talleres

3. Objetivos específicos de cada taller

4. Estructura de los talleres

4.1. Taller de reestructuración cognitiva

4.2. Taller de perfeccionismo

- 4.3. Taller de autoestima
- 4.4. Taller de impulsividad
- 4.5. Taller de hábitos de alimentación
- 4.6. Taller de insatisfacción corporal
- 4.7. Taller de asertividad
- 4.8. Taller de influencia social
- 4.9. Taller resumen.
- 5. Dificultades de los talleres

## 7. SEGUIMIENTO DEL PROGRAMA

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

## ANEXO

## MATERIAL DE LOS TALLERES PARA NIÑOS EN SITUACIÓN DE RIESGO

# ***METODOLOGÍA***

A DISTANCIA A TRAVÉS DE PLATAFORMA DE TELEFORMACION. CONTROL DE EVALUACIONES A TRAVÉS DE ESTE SISTEMA.

\* El Curso será desarrollado con una metodología a Distancia/on line.

\* El alumno dispondrá de un extenso material sobre los aspectos teóricos del Curso que deberá estudiar para la realización de una prueba objetiva a través de la plataforma on line. Se facilitarán para cada tema los artículos y programas que se especifican y que servirían de material básico para la elaboración de programas posteriores adaptados a las necesidades y a la situación.

\*El Alumno tendrá siempre que quiera a su disposición previa petición la tutoría de los profesionales tutores del curso. Así como consultas telefónicas y a través de la plataforma de teleformación. Hay una atención continuada en el horario de apertura del Centro de 9 a 14 horas y de 16 a 21 horas. A través de la plataforma el alumno puede ponerse en contacto con su tutor correspondiente

en cualquier momento siendo respondido en el menor plazo de tiempo posible teniéndose en cuenta que los tutores por lo general se conectan diariamente a la plataforma.

El sistema de enseñanza a distancia está organizado de tal forma que el alumno pueda compatibilizar el estudio con sus ocupaciones laborales o profesionales, también se realiza en esta modalidad para permitir el acceso al curso a aquellos alumnos que viven en zonas rurales lejos de los lugares habituales donde suelen realizarse los cursos y que tienen interés en continuar formándose.

En este sistema de enseñanza el alumno tiene que seguir un aprendizaje sistemático y un ritmo de estudio, adaptado a sus circunstancias personales de tiempo.

Por ello se incorporan las últimas novedades en tecnología de la comunicación, que permitirán al alumno un adecuado aprovechamiento.

#### **Medios y materiales docentes**

-Temario desarrollado.

-Pruebas objetivas de autoevaluación y evaluación

-Consultas y Tutorías personalizadas a través de teléfono, correo, fax, Internet y de la Plataforma propia de Teleformación de la que dispone el Centro.

(Ver Anexo guía para Usuarios de la Plataforma ICA de Teleformación)

### ***PROFESORADO:***

**Profesores Psicólogos clínicos. Pedagogos. Maestros especialistas en PT.**

### ***EVALUACIÓN:***

Se efectuará a través de:

1.- Prueba objetiva al finalizar el Curso respecto a los diferentes contenidos de los distintos bloques temáticos.

2.- Se realizará por parte de cada asistente una valoración del Curso en sus diferentes aspectos.

- Prueba de Evaluación tipo test de todo el curso: al finalizar la prueba de autoevaluación del último Tema se le propondrá la Prueba final del curso para comprobar que su aprendizaje global ha sido satisfactorio. La no superación de este examen conllevará la no aprobación del curso.

Superar la prueba significa obtener, al menos, el 80% de respuestas correctas. Por ejemplo, si se proponen 100 preguntas, debe responder correctamente a 80 de ellas.

- Tareas o trabajos personales supervisados, que cada alumno realizará, ayudándose de los foros.

- Participación en foros.

- Envíos de correos al tutor.

- Frecuencia de uso del curso.

Por tanto, el alumno habrá aprobado el curso, y tendrá derecho a la obtención del diploma acreditativo, si:

- Obtiene en el Examen, tipo test, final del curso, al menos, el 80 % de respuestas acertadas.

- Es calificado como apto en todas las Tareas de tipo práctico propuestas. Se valorará la realización de un trabajo práctico en relación a los programas expuestos en lo que se refiere a un diseño curricular específico.

## **TIPOS DE PRUEBAS DE EVALUACION**

Serán realizadas a través del apartado ejercicios y examen de la Plataforma de Teleformación unas pruebas de evaluación tipo test para valoración del conocimiento de los contenidos del curso.

Asimismo se realizará un cuestionario de evaluación de la calidad del curso en cuanto a desarrollo, profesorado, contenidos etc... valorándose el grado de satisfacción del alumno.

## **TUTORIAS**

Las tutorías serán realizadas fundamentalmente en horario de tarde de 18 a 21 horas, dado el nivel de ocupación del profesorado sobre todo en horario de mañana. Podrán realizarse tutorías a través de la Plataforma de teleformación dispuesta para ello o incluso a nivel telefónico, fax o presenciales si las demanda el alumno, estando a su disposición para ello los tutores de la actividad.

No obstante los alumnos podrán ponerse en contacto de forma continuada en el horario de apertura del Centro de 9 a 14 horas y de 16 a 21 horas.

Se tendrán a disposición del alumno Foros de intercambio con los compañeros del grupo y los tutores durante las fechas de realización del curso.

Podrán realizarse Chats o incluso Video-conferencias con las oportunas convocatorias a lo largo del curso.

***Curso de Postgrado acreditado por la prestigiosa Universidad Pontificia Comillas***



