

# **PROBLEMAS DE ALIMENTACIÓN.**

## **MÓDULO I: LOS PROBLEMAS DE LA ALIMENTACIÓN.**

### **1- Definición y abordaje clínico.**

1.1. Qué son la anorexia, bulimia y obesidad.

1.2. Pensamientos distorsionados.

1.2.1. Generales.

1.2.1. Específicos de cada trastorno.

1.3. Características psicológicas de las personas con trastornos de alimentación.

### **2- Evaluación.**

2.1. Evaluación psicológica.

2.1.1. Entrevista clínica.

2.1.2. Cuestionarios.

2.1.3. Autorregistros.

2.2. Evaluación médica.

2.3. Realización del análisis funcional.

2.3.1. El modelo E-R de Mariana Segura.

2.3.2. El modelo E-O-R-C de Llavona.

2.4. Devolución de la información.

### **3- Cuestionario de autoevaluación para el alumno.**

### **4- Caso práctico.**

### **5- Bibliografía.**

## **MÓDULO II: OBESIDAD.**

### **1- Introducción.**

- 1.1. Definición de obesidad.
  - 1.1.1. Clasificación.
  - 1.1.2. Epidemiología.
  - 1.1.3. Explicaciones de la obesidad.

### **2- Evaluación.**

- 2.1. Evaluación psicológica.
  - 2.1.1. Entrevista clínica.
  - 2.1.2. Autorregistros.
  - 2.1.3. Cuestionarios.
- 2.2. Entrevista médica.

### **3- Tratamiento.**

- 3.1. Consideraciones previas.
  - 3.1.1. Problemas de salud en la obesidad.
  - 3.1.2. Problemas psicológicos.
  - 3.1.3. Aportaciones de la dietética.
- 3.2. Tratamiento.
  - 3.2.1. Información sobre nutrición.
  - 3.2.2. Aumento del autocontrol
    - 3.2.2.1. Auto-observación y autorregistros.
    - 3.2.2.2. Control de estímulos.
    - 3.2.2.3. Control de la conducta de ingesta.
    - 3.2.2.4. Manejo de contingencias de reforzamiento.
    - 3.2.2.5. Relajación.
    - 3.2.2.6. Técnicas cognitivas.
    - 3.2.2.2.7. Inoculación de estrés.
    - 3.2.2.2.8. Actividad física.

### **4- Mantenimiento de los cambios y prevención de recaídas.**

- 4.1. Mantenimiento del cambio.
  - 4.1.1. Implicación del esposo/a.
  - 4.1.2. Sesiones “booster”.
  - 4.1.3. Contactos telefónicos y por correo.
  - 4.1.4. Grupos de auto-ayuda.
- 4.2. Prevención de recaídas.
  - 4.2.1. Resolución de problemas.
  - 4.2.2. Modelo de Marlatt y Gordon.

### **5- Consideraciones finales.**

### **6- Caso práctico y cuestionario de autoevaluación.**

### **7- Bibliografía.**

## **MODULO III: ANOREXIA.**

### **1- Evaluación.**

- 1.1. Cuadro clínico y aspectos diagnósticos.
  - 1.1.1. Síntomas y signos clínicos.
  - 1.1.2. Controversias sobre el diagnóstico.
  - 1.1.3. Definición clínica.
- 1.2. Evaluación psicológica.
  - 1.2.1. Entrevista personalizada.
  - 1.2.2. Cuestionarios y registros.
  - 1.2.3. Análisis funcional.

### **2- Tratamiento.**

- 2.1. Motivación para el tratamiento.
- 2.2. Registro de comida y peso.
- 2.3. Empleo de la exposición con prevención de respuesta.
- 2.4. Integración del tratamiento cognitivo-conductual con otros modelos.
- 2.5. Consulta médica.

### **3- Hospitalización.**

- 3.1. Criterios de hospitalización.
- 3.2. Régimen hospitalario.
- 3.3. Psicoterapia en régimen hospitalario.

### **4- Cuestionario de auto-evaluación.**

### **5- Caso práctico.**

### **6- Bibliografía.**

## **MÓDULO IV: BULIMIA.**

1- Definición.

2- Frecuencia.

3- Diferencias con la anorexia.

4- Características.

4.1. Somáticas.

4.2. Emocionales.

4.3. Cognitivas.

4.4. Conductuales.

5- Explicación.

6- Evaluación.

6.1. Entrevista.

6.2. Cuestionarios.

6.3. Autorregistros.

6.4. Análisis topográfico y funcional.-

7- Tratamiento.

7.1. Exposición con prevención de respuesta.

7.2. Cambio alimentario.

7.3. Cambio cognitivo y de la imagen corporal.

7.4. Prevención de recaídas.

8- Tratamiento farmacológico.

9- Cuestionario de autoevaluación para el alumno.

10- Caso práctico.

11- Bibliografía.

## **MÓDULO V: OTROS PROBLEMAS. PREVENCIÓN.**

1- Introducción.

2- Casos difíciles.

- 2.1. Pacientes sin conciencia del problema.
- 2.2. Pacientes con frecuentes recaídas.
- 2.3. Pacientes crónicos.

3- Terapia de grupo.

- 3.1. Terapia familiar.
- 3.2. Grupos de autoayuda.
- 3.3. Grupo de prevención de recaídas.

4- El desarrollo de los comportamientos alimentarios.

- 4.1. Trastornos de la conducta alimentaria en la infancia.
  - 4.1.1. Pica.
  - 4.1.2. Mericismo o rumiación.
  - 4.1.3. Trastorno de la ingestión alimentaria de la infancia.

5- Aversiones alimentarias.

- 5.1. Aprendizaje.
- 5.2. Incidencia.
- 5.3. Evaluación.
- 5.4. Tratamiento.

6- Prevención.

- 6.1. Los cambios sociales.
- 6.2. Factores comportamentales.
- 6.3. Criterios de elaboración.

7- Cuestionario de autoevaluación para el alumno.

8- Caso práctico.

9. Bibliografía.