



# Guía para el profesor

Técnicas de Psicología en  
la Consulta Nutricional  
LPS2201



## Índice

Información general del curso .....	1
Metodología .....	2
Temario .....	3
Evaluación.....	5
Notas de enseñanza .....	6
Bibliografía y recursos especiales.....	11

## Información general del curso

### Modalidades

- Clave banner: LSPS2201
- Modalidad: presencial

### Competencias del curso

Implementa técnicas de consulta nutricional centradas en el paciente para fortalecer la adherencia al tratamiento dietético en entornos clínicos.





## Metodología

Este curso ha sido diseñado para ser impartido por un docente líder con experiencia en el ámbito laboral, quien compartirá su conocimiento, experiencia y las mejores prácticas que realiza en su labor profesional.

La experiencia del curso promueve la interacción entre aprendedores de la Universidad Tecmilenio como una forma de enriquecer la formación, contrastando la realidad con la de otros compañeros. Durante cada sesión, el docente transmite su experiencia y actúa como guía en el proceso de aprendizaje durante la realización de las actividades.

El curso es semestral y tiene una distribución semanal; en cada semana se lleva a cabo una sesión. La asistencia a estas sesiones es muy importante para el aprendizaje.


**Temario**

<b>Tema 1</b>	<b>Introducción a la psicología</b>
1.1	Bases biológicas de la conducta
1.2	Psicología médica: clínica, salud pública, comunitaria, crítica
<b>Tema 2</b>	<b>Comportamiento ante la salud y enfermedad</b>
2.1	Modelo biopsicosocial de la enfermedad
2.2	Relación entre mente y cuerpo
<b>Tema 3</b>	<b>Elementos psicosociales para la comprensión de comportamientos alimentarios</b>
3.1	Socialización, percepción social
3.2	Influencia, identidad social y actitudes
<b>Tema 4</b>	<b>Psicoanálisis de Sigmund Freud</b>
4.1	Teoría de personalidad de la psique
4.2	Comportamiento por deseos reprimidos y experiencias dolorosas en infancia
<b>Tema 5</b>	<b>Modelos psicoterapéuticos</b>
5.1	Terapia humanista y Gestalt
5.2	Terapia cognitivo conductual
<b>Tema 6</b>	<b>Tipos de entrevista</b>
6.1	Entrevista abierta
6.2	Entrevista cerrada
<b>Tema 7</b>	<b>Fases de la entrevista</b>
7.1	<i>Rapport</i> , cima y cierre
7.2	Reporte de la entrevista
<b>Tema 8</b>	<b>Teoría y técnica de la entrevista de salud</b>
8.1	La entrevista en el ámbito clínico: la anamnesis
8.2	La entrevista en el ámbito educativo
<b>Tema 9</b>	<b>Teoría y técnica de la entrevista social</b>
9.1	La entrevista en el ámbito laboral
9.2	La entrevista en el ámbito social y mercadotecnia

<b>Tema 10</b>	<b>Actitudes y conductas en la entrevista</b>
<b>10.1</b>	Ansiedad en el entrevistador y en el entrevistado
<b>10.2</b>	Transferencia y contratransferencia: actitudes y conductas
<b>Tema 11</b>	<b>Evaluación de la salud mental y la conducta alimentaria</b>
<b>11.1</b>	Tipos de personalidad
<b>11.2</b>	Cuestionarios validados de salud mental
<b>Tema 12</b>	<b>Teorías psicológicas del comportamiento humano</b>
<b>12.1</b>	Teoría del comportamiento planificado
<b>12.2</b>	Teoría cognitivo social
<b>Tema 13</b>	<b>Teorías psicológicas del cambio conductual</b>
<b>13.1</b>	Teoría de la autodeterminación
<b>13.2</b>	Modelo de etapas del cambio
<b>Tema 14</b>	<b>Enfoques terapéuticos para mejorar la adherencia al tratamiento</b>
<b>14.1</b>	Entrevista motivacional y centrada en el paciente
<b>14.2</b>	Reestructuración cognitiva
<b>Tema 15</b>	<b>Métodos de comunicación masiva en nutrición</b>
<b>15.1</b>	Diseño de programas de promoción y educación para la salud
<b>15.2</b>	Técnicas grupales de orientación en nutrición y modificación de comportamientos



## Evaluación

Unidades	Instrumento evaluador	Puntos
9	Actividades	36
4	Prácticas	43
3	Exámenes parciales	21
<b>Total</b>		<b>100</b>

Actividad	Ponderación
Actividad 1	4
Actividad 2	4
Actividad 3	4
Examen parcial 1	7
Práctica 1	10
Actividad 4	4
Actividad 5	4
Práctica 2	10
Examen parcial 2	7
Actividad 6	4
Actividad 7	4
Práctica 3	11
Actividad 8	4
Actividad 9	4
Práctica 4	12
Examen parcial 3	7
<b>Total</b>	<b>100</b>



## Notas de enseñanza

### Tema 1 Introducción a la psicología

Se abordará cómo los pensamientos interfieren en los procesos bioquímicos del cuerpo humano, específicamente sobre los procesos de enfermedad, por lo cual se sugiere enfatizar el tema de neurociencia mediante lecturas previas en clase. Se sugiere abordar a detalle la relación mente–sistema endocrino para comprender el proceso inflamatorio secundario a niveles elevados de cortisol por un periodo de estrés crónico. Asimismo, se recomienda investigar y analizar las estrategias de salud pública existentes en temas de salud mental a nivel estatal, nacional e internacional para utilizarlas como ejemplos.

### Tema 2 Comportamiento ante la salud y enfermedad

Se abordará el modelo biopsicosocial de la enfermedad. Se invita a indagar y enfocarse en el aspecto psicológico del modelo, principalmente en las estrategias de manejo de estrés, además de analizar casos clínicos reales o ficticios en los cuales se puede aplicar el modelo para realizar un diagnóstico o establecer estrategias de mejora para el paciente.

Se recomienda hacer una revisión bibliografía previa a la sesión de clase sobre el tema de la microbiota intestinal y la salud mental. Lo mismo se sugiere para el apartado de vitaminas y minerales, ya que estudios recientes señalan el ácido fólico y vitamina D como nutrientes esenciales para la salud mental.

### Tema 3 Elementos psicosociales para la comprensión de comportamientos alimentarios

Se debe resaltar la importancia de la relación con los cuidadores como foco principal para alentar o desanimar la sociabilidad en el ser humano y el grado de susceptibilidad para caer en una conducta no saludable, como un trastorno de conducta alimentaria.

Independientemente de que en temas posteriores se desarrollará el tema de tipos de personalidad, resulta relevante revisar las características generales de los tipos de personalidad que son más vulnerables para desarrollar un TCA.

Se aborda el tema de las sociedades individualistas y colectivistas. Se recomienda realizar una comparación de casos reales para explicar las características o condiciones de vida y una búsqueda de bibliografía de artículos o estadísticas de la salud mental de cada sociedad analizada.

#### Tema 4 Psicoanálisis de Sigmund Freud

Previamente a la clase, se sugiere que los alumnos revisen la biografía de Sigmund Freud, haciendo hincapié en los sucesos que lo llevaron a establecer su teoría de personalidad de la psique. También se invita a analizar las películas *Freud Pasión Secreta* y *Un método peligroso*; ambos filmes son de gran ayuda para comprender los inicios de las investigaciones de Freud sobre el comportamiento humano.

#### Tema 5 Modelos psicoterapéuticos

Antes de la clase, se sugiere revisar información sobre los tres tipos de modelos psicoterapéuticos abordados en el tema con la finalidad de entender las características de cada uno: Cognitivo-Conductual, Humanista y Gestalt. Luego, como actividad de activación en clase, se recomienda realizar un trabajo en equipo en el cual se desarrollen los puntos relevantes de cada concepto y su aplicación en un caso práctico. Es importante dejar claro cuál es el tipo de modelo más adecuado para la terapia nutricional mediante el análisis de un caso clínico de manera grupal.

#### Tema 6 Tipos de entrevista

El tema es extenso, considerando las características y sugerencias para cada tipo de entrevista, por lo que se sugiere realizar una clase dinámica en que el juego de roles permita la comprensión de la información. Si por alguna circunstancia se dificulta lo anterior, se recomienda hacer uso de recursos visuales como videos o plataformas de simulación.

Es importante resaltar en cuál momento de la entrevista nutricional es adecuado utilizar cada tipo de pregunta para facilitar la obtención de información y establecer una buena relación profesional de nutrición-paciente.

#### Tema 7 Fases de la entrevista

El *rapport* resulta importante para establecer una buena relación entre el profesional de la salud-paciente, por lo que el docente puede dar ejemplos de cómo iniciar la consulta nutricional o una entrevista con el paciente, además de invitar a los estudiantes a crear su propia frase o estrategia de *rapport*.

A su vez, se sugiere practicar la redacción del reporte de la entrevista, resaltando la importancia de un informe detallado y conciso tanto en la consulta individual como al trabajar en conjunto con otros profesionales de salud o en cualquiera de las ramas de la nutrición.

### Tema 8 Teoría y técnica de la entrevista en salud

Se abordará el tema de la anamnesis, el cual se considera de suma importancia para todo profesional de la salud, por lo que se sugiere tomar en cuenta los siguientes puntos:

- Complementar el formato con el que ya cuentan los estudiantes con un apartado dedicado a la salud mental o aspectos a considerar sobre el entorno familiar y social en el que se desarrolla el paciente y que puedan afectar su comportamiento. Si no se cuenta con el formato de anamnesis, se debe elaborar uno de manera grupal.
- Se sugiere practicar el llenado de la anamnesis durante la entrevista con el paciente, buscando que no se vuelva una entrevista tediosa y se pierda información importante.

### Tema 9 Teoría y técnica de la entrevista social

El tema se enfoca en la entrevista de reclutamiento de personal y en la promoción de la salud mediante estrategias de mercadotecnia, por lo que se pueden usar estrategias de simulación o juego de roles. Se sugiere analizar videos que ejemplifiquen un proceso de reclutamiento o los formatos utilizados en dicho proceso con el objetivo de identificar su estructura, factores psicológicos utilizados y forma de evaluación.

Se puede entrevistar a un licenciado en mercadotecnia para que comparta la importancia del neuromarketing a la hora de elaborar una campaña de promoción de un producto o servicio, así como las estrategias que se aplican para lograr mayor éxito en la promoción de los servicios de salud.

### Tema 10 Actitudes y conductas en la entrevista

Para abordar este tema, resulta importante practicar estrategias para afrontar la ansiedad durante la entrevista o consulta nutricional, por lo que se sugiere que los estudiantes entrevisten a un profesional en psicología que les brinde herramientas para detectar episodios de ansiedad en el entrevistador o el entrevistado y cómo ayudar a sobrellevarla. De igual manera, se pueden solicitar estrategias para identificar y sobrellevar la transferencia y contratransferencia, factores que afectan la dinámica profesional de la salud-paciente.

### Tema 11 Evaluación de la salud mental y la conducta alimentaria

La información proporcionada en este tema es extensa, por lo que se sugiere aplicar los cuestionarios de salud mental durante la clase como estrategia para comprender el objetivo y el contenido de cada uno, además de identificar el momento idóneo para su aplicación.

Como parte de la actividad asignada a este tema, se aplicará un cuestionario para conocer la personalidad. Se sugiere realizar una dinámica en la cual algunos estudiantes, de manera voluntaria, describan sus resultados de una forma original con el objetivo de facilitar el reconocimiento de las características de la personalidad.

### Tema 12 Teorías psicológicas del comportamiento humano

Se sugiere que los estudiantes realicen una introspección sobre sus comportamientos con base en la Teoría del Comportamiento Planificado y la Teoría Cognitivo-Social.

La información proporcionada es extensa, por lo que se recomienda evitar los ejemplos sobre cómo llevar a la práctica los conceptos revisados.

### Tema 13 Teorías psicológicas del cambio conductual

Se recomienda invitar al estudiante a realizar una introspección desde la Teoría de la Motivación Intrínseca, de tal manera que conozca sus motores de acción, así como sus limitantes, permitiendo mayor comprensión del tema y creando estrategias de acción para alcanzar su objetivo planteado.

En lo que corresponde al Modelo de Etapas del Cambio, puede analizarse un caso clínico planteado por el docente, en el cual se identifique en cuál etapa del proceso de cambio se encuentra el paciente y se sugieran estrategias para que realice el salto a la siguiente etapa. De igual forma, se puede ejemplificar cada fase con frases o actitudes que comúnmente presentan los pacientes en cada una de las etapas.

### Tema 14 Enfoques terapéuticos para mejorar la adherencia al tratamiento

Se abordarán los temas de entrevista motivacional y reestructuración cognitiva, por lo que los juegos de roles resultan una excelente técnica para comprenderlos. Específicamente en la entrevista motivacional, se debe impulsar a los estudiantes a aplicar los cinco principios de este tipo de entrevista, así como a corregir el comportamiento verbal y no verbal realizado durante el proceso de entrevista, de tal manera que se pueda establecer correctamente una relación de empatía entre el profesional de la salud y el paciente.

### Tema 15 Métodos de comunicación masiva en nutrición

El tema se enfoca en la promoción de los servicios de salud y la creación de programas de salud en el primer nivel de atención, por lo cual se sugiere, de manera opcional, cerrar el curso con una pequeña campaña de salud dentro de la universidad para aplicar las herramientas y estrategias plateadas en el tema.



## Bibliografía y recursos especiales

- ➔ Bauer, K., y Doreen, L. (2021). *Nutrition Counseling and Education Skill Development*. Estados Unidos: Cengage Learning.
- ➔ García, E. (2020). *Psicología General*. México: Patria.
- ➔ Perpiñá, C., Montoya, I., y Valero, S. (2022). *Manual de la entrevista psicológica*. España: Pirámide.
- ➔ Vazquez, I. (2020). *Manual de Psicología de la Salud*. Colombia: Pirámide.