

**PROMOCIÓ DE LA SALUT EN ELS TRASTORNS DE LA CONDUCTA ALIMENTÀRIA
(TCA)**

Dates	<ul style="list-style-type: none"> • 15,22 i 29 d'octubre • 5,12,19 i 26 de novembre • 3 de desembre
Durada	30 hores mixtes
Horari:	16 a 20 h (Dies de formació online) 16 a 19 h (Hores presencials)
Lloc:	Formació online 19 i 26 de novembre Formació presencial (Practiques) <i>Edificio COACB (C. Casp, 130) 08013 Barcelona</i>
Coordinació general	Sara Bujalance Arguijo i Anna Figuer Benavent
Professorat	Sara Bujalance Arguijo, psicòloga Anna Figuer Benavent, psicòloga Maria Teresa Plana Turró, psiquiatre Ferran Vila Pérez, Diestista-Nutricionista Inés Navarro Blanch, Diestista-Nutricionista

Aspectes a tenir en compte:

- 1- La sala estarà oberta 15 minuts abans de la formació.
- 2- És molt important posar el nom complet (nom i cognoms).
- 3- Per qualsevol incidència podeu contactar amb formacio@codinucat.cat.

Unitat competència vinculada: Unitat competència vinculada:

UC_2-1604-11_3 Promoure la salut de les persones i de la comunitat a través d'activitats d'educació en salut pública.

CONTINGUT GENERAL

El curs ofereix una visió integral sobre com abordar els trastorns alimentaris des d'una perspectiva de salut pública i promoció del benestar. Aquestes condicions, que inclouen anorèxia, bulímia i trastorn per afartament, afecten tant la salut física com mental de les persones. Al llarg del curs, els participants aprendran a identificar els factors de risc, promoure hàbits alimentaris saludables i fomentar l'autoestima i el suport psicosocial. A més, es posarà èmfasi en la prevenció, la detecció precoç i les estratègies per intervenir de manera eficaç, contribuint així a la millora de la qualitat de vida dels afectats

OBJECTIUS GENERALS

Promocionar la salut per prevenir possibles trastorns de la conducta alimentària.

ESPECÍFICS

Comprendre els trastorns de la conducta alimentària: Proporcionar coneixements bàsics sobre les diferents tipologies de trastorns de la conducta alimentària (TCA), com l'anorèxia, la bulímia i el trastorn per afartament, incloent-hi les seves causes, símptomes i conseqüències.

Identificar factors de risc i de protecció: Reconèixer els factors de risc biològics, psicològics i socials que contribueixen a l'aparició dels TCA, així com els factors protectors que poden ajudar a prevenir-los.

Fomentar hàbits alimentaris saludables: Desenvolupar estratègies per promoure una alimentació equilibrada i saludable, abordant el paper de l'educació alimentària en la prevenció dels TCA.

Millorar la detecció precoç: Capacitar els participants per identificar senyals d'alarma i símptomes precoços de trastorns alimentaris en diferents contextos (educatiu, familiar, sanitari) per a una intervenció ràpida.

Promoure l'autoestima i el benestar emocional: Adquirir eines per treballar l'autoestima, la imatge corporal i el benestar emocional com a components clau per prevenir els TCA i afavorir la recuperació.

Desenvolupar habilitats d'intervenció i suport: Proporcionar coneixements sobre intervencions adequades, tractaments disponibles i recursos de suport per a persones afectades, així com per a les seves famílies i entorn proper.

Conèixer estratègies de prevenció comunitària: Analitzar iniciatives i programes de prevenció a nivell comunitari, escolar i institucional, per promoure una cultura de salut positiva i prevenir els trastorns de la conducta alimentària en la població general.

Conèixer com treballen altres professionals amb experiència demostrada en el camp de la clínica, la docència i/o la recerca.

METODOLOGIA DOCENT

El curs tindrà un total de 30 hores de formació mixta. Les sessions 6 i 7 seran presencials.

Programa:

Sessió 1: Mòdul 1: Introducció als TCA

- Qüestionari introductori. Què saps sobre els TCA?
- Conceptualització psicològica dels TCA
- Diagnòstic psiquiàtric dels TCA (DSM 5)
- Dades epidemiològiques
- Metàfores del TCA
- Activitat pràctica: Factors de Risc
- Factors de risc dels TCA
- Apologia dels TCA: Ana i Mia

Sessió 2 :Mòdul 2: Intervenció interdisciplinària dels trastorns de la conducta alimentària,

- Mitjans de comunicació i xarxes socials.
- Context sociocultural
- Història dels TCA
- Signes i Síntomes TCA (Senyals d'alerta)
- Història clínica + Proves complementàries
- Factors alimentaris desencadenants TCA
- Experiment Minessota

Sessió 3: (Teia Plana)

- Importància de l'equip multidisciplinar
- Comorbiditat psiquiàtrica
- Tractament dels TCA
- Model i línies d'intervenció
- Objectius, fases i nivells d'assistència
- Complicacions associades al TCA i al seu tractament
- Aspectes neurobiològics
- Tractament psicofarmacològic dels TCA

- Com accedir a la valoració. Model esglaonat
- Recursos per al tractament especialitzat a Catalunya
- Família i tractament

Sessió 4: (Ferran Vila)

- Paper del DN
- Dimensions dels hàbits alimentaris
- Educació nutricional
- Síntomes alimentaris dels TCA

Sessió 5: Mòdul 3: Intervenció Interdisciplinària dels trastorns de la conducta alimentària i Obesitat

- Diferències i aspectes comuns entre Obesitat i Trastorns de la conducta alimentària
- Definició d'obesitat. Malaltia o factor de risc?
- Anàlisi del context: "Body positive"
- Obesitat i TCA: poden coexistir?
- Abordatge nutricional en persones amb sobrepès i/o obesitat i TCA
- Hàbits en persones amb sobrepès i/o obesitat: el perill de les dietes

Sessió 6: Prevenció dels TCA i Obesitat (presencial)

- El paper del dietista en la prevenció dels TCA.
- Factors de protecció en la prevenció dels TCA.
- Mitjans de comunicació i xarxes socials
- Bones praxis en la prevenció dels TCA.
- Paper del DN en la prevenció del sobrepès i l'obesitat

Sessió 7: Comunicació (presencial)

- Eines i estratègies per gestionar un possible cas de TCA.
- Com ha de ser la comunicació
- Cicle de predisposició al canvi
- Entrevista motivacional
- Mètode Maudsley
- Materials i recursos

Sessió 8: Mòdul Economia verda i sostenibilitat + Avaluació

SISTEMA D'AVALUCIÓ

Prova inicial: el primer dia es realitzarà una prova inicial de manera individual

Prova final: en finalitzar la formació es realitzarà una prova final de manera individual i autònoma

Enquesta de satisfacció: en finalitzar la formació els alumnes emplenaran una enquesta de satisfacció sobre la formació rebuda per tal de millorar la qualitat del mateix per a properes edicions.