



ALIMENTACIÓN EMOCIONAL: ¿CÓMO NOS RELACIONAMOS CON LA COMIDA?

Código del curso: **2019cc23**

Fecha de celebración: 8 y 9 de julio de 2019.

Directora: Profa. Dra. Dña. Griselda Herrero Martín. Departamento de Biología Molecular e Ingeniería Bioquímica. Universidad Pablo de Olavide.

Duración: 15 horas.

Eurocréditos: 1 ECTS.

Tarifa: 60 €

Resumen del contenido del curso: el curso tiene como objetivo abordar la importancia de una visión multidisciplinar en el comportamiento alimentario. ¿Cómo influyen nuestras emociones en la forma en que comemos? ¿Cómo se relacionan nuestros sentidos con la alimentación? ¿De qué forma podemos aumentar la motivación para el cambio de hábitos? ¿Qué tiene que ver la realidad virtual con los atracones? ¿Existe la adicción a la comida? Psicología, alimentación y emociones son claves para comprender cómo nos alimentamos y aprender a gestionar nuestras emociones para adquirir hábitos de vida saludables. Contamos con expertos en las diversas disciplinas que nos acercarán de forma práctica y atractiva al mundo de la alimentación emocional.

Dirigido a: estudiantes o egresados en Nutrición Humana y Dietética, Psicología, Medicina, Pediatría, Enfermería, Farmacia, Ciencia y Tecnología de los Alimentos y Ciencias de la Salud, así como cualquier persona que pudiera estar interesada en la materia.

Programa

Lunes 8 **09'00-09'30** Recepción y entrega de documentación.

10'00-10'30 Inauguración del curso.

10'30-11'00 Descanso.

11'00-12'00 Conferencia: “**Cómo funcionan las emociones en el cerebro**”.

- Profa. Dra. Dña. Mercedes Atienza Ruiz. Psicóloga, catedrática de universidad en el Área de Fisiología de la Universidad Pablo de Olavide.

12'00-13'00 Conferencia: “**Alimentación emocional: cómo nos relacionamos con la comida (Psiconutrición)**”.

- Profa. Dra. Dña. Griselda Herrero Martín. Doctora en Bioquímica, diplomada en Nutrición Humana y Dietética, investigadora y profesora del Área de Nutrición y Bromatología de la Universidad Pablo de Olavide y directora de Norte Salud Nutrición.

- 13'00-14'00** Taller: **“Entrevista motivacional para el cambio de hábitos”**.
 - Dña. María González Neira. Dietista-nutricionista especializada en coaching nutricional. CEO de Nutriendo mi cambio.
- 16'00-17'00** Conferencia: **“Sentidos, alimentación y emociones”**.
 - Profa. Dra. Dña. Griselda Herrero Martín. Doctora en Bioquímica, diplomada en Nutrición Humana y Dietética, investigadora y profesora del Área de Nutrición y Bromatología de la Universidad Pablo de Olavide y directora de Norte Salud Nutrición.
- 17'00-17'30** Descanso.
- 17'30-19'00** Taller: **“Cocina y emociones”**.
 - Dña. Laura Coto Alonso. Dietista-nutricionista, cocinera profesional, profesora en InGENyO y doctoranda en Biomedal.
- Martes 9**
- 09'30-10'30** Conferencia: **“Adicción a la comida y obsesiones: obesidad y TCA”**.
 - Prof. Dr. D. Ignacio Jáuregui Lobera. Doctor en Psicología, psiquiatra y director del Instituto de Ciencias de la Conducta de Sevilla. Profesor del Área de Nutrición y Bromatología de la Universidad Pablo de Olavide.
- 10'30-11'30** Conferencia: **“Comer emocional: más allá de la ansiedad por la comida”**.
 - Dña. Cristina Andrades. Psicóloga sanitaria en Norte Salud Nutrición. Directora del Centro de Psicología Cristina Andrades.
- 11'30-12'00** Descanso.
- 12'00-13'00** Conferencia: **“Atracones y realidad virtual”**.
 - Dña. Joana Pla Sanjuanelo. Psicóloga sanitaria en Norte Salud Nutrición. Doctoranda en TCA y realidad virtual. Universidad de Barcelona.
- 13'00-14'00** Conferencia: **“Imagen corporal en TCA y obesidad”**.
 - Dña. Emilia Trull Chambo. Dietista-nutricionista y directora del centro TITCA.
Conferencia ofrecida por la Academia Española de Dietética y Nutrición.
- 16'00-17'00** Conferencia: **“Genética, microbiota y emociones”**.
 - Dña. Irene Villalón. Dietista-nutricionista en Norte Salud Nutrición y en el Centro de Psicología Cristina Andrades y doctoranda en la Universidad Pablo de Olavide.
- 17'00-17'30** Descanso.
- 17'30-18'30** Conferencia: **“Educación alimentaria para resetear la alimentación”**.
 - Dña. Ana Zurita Lobato. Dietista-nutricionista y responsable del Área de Educación Alimentaria de InGENyO, Norte Salud Nutrición.

18'30-19'30 Taller: “Comer consciente y emociones”.

- Profa. Dra. Dña. Griselda Herrero Martín. Doctora en Bioquímica, diplomada en Nutrición Humana y Dietética, investigadora y profesora del Área de Nutrición y Bromatología de la Universidad Pablo de Olavide y directora de Norte Salud Nutrición.

19'30-20'00 Clausura del curso y entrega de diplomas.

PATROCINAN:

ACADEMIA
ESPAÑOLA DE
NUTRICIÓN
Y DIETÉTICA

COLABORA:**Instrucciones de matrícula:**

<https://www.upo.es/olavideencarmona/cursos-de-verano/normativa-de-matriculacion/>

Automatrícula:

<https://www.upo.es/olavideencarmona/cursos-de-verano/automatricula/>

Sede Olavide en Carmona - Rectora Rosario Valpuesta
C/ Ramón y Cajal, 15. 41410 - Carmona (Sevilla)
954 144 355 / 608 234 949
www.upo.es/olavideencarmona
olavideencarmona@upo.es