

Actividad programada por el Centro impartida por personal ajeno al claustro

PC05.09 Actividades impartidas por personal ajeno

PC05.09.D1

DENOMINACIÓN DE LA ACTIVIDAD:

“ALIMENTACIÓN E IMAGEN EN LA ADOLESCENCIA”

MATERIA O ASIGNATURA EN CUYO MARCO SE DESARROLLA LA ACTIVIDAD:
TUTORÍA

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:
charla-taller interactiva

GRUPOS QUE PARTICIPAN:
3º ESO

CONTENIDOS DE LA ACTIVIDAD:

- **Contenidos psicológicos:** centrada en el refuerzo de la autoestima y habilidades sociales para resistir a la presión de grupo. Fomento del espíritu crítico frente al modelo estético imperante actualmente y aceptación de la propia imagen corporal.
- **Contenidos nutricionales:** centrada en fomentar hábitos saludables de alimentación, así como a desmitificar los principales mitos alimenticios que contribuyen a la creación factores de riesgo.
- **Contenidos de actividad física y salud:** centrada en promover una actividad y ejercicio físico saludable y evitar el sedentarismo.

OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD:

- **Objetivos generales:**
 1. Prevenir Trastornos de la Conducta Alimentaria.
 2. Potenciar factores de protección frente a estas enfermedades.
 3. Detectar jóvenes en situación de riesgo de padecer un TCA.
 4. Dotar de información y recursos adecuados a los que acceder para su intervención.
- **Objetivos específicos:**
 1. Concienciación de la gravedad y repercusión de los TCA en la vida y en la salud de las personas afectadas y sus familias.
 2. Promover una alimentación y estilos de vida saludables que permitan reducir el desarrollo de hábitos de riesgo.
 3. Facilitar el desarrollo de un pensamiento crítico frente al modelo estético corporal dominante impuesto socialmente.

4. Fomentar conceptos de autoestima positiva y de resistencia a la presión de grupo.

MATERIALES A UTILIZAR:

Ordenador y proyector

NOMBRE Y TITULACIÓN DE LA PERSONA QUE IMPARTE LA ACTIVIDAD:

- Elena Serrano Nortes
- Graduada en Psicología
 - Máster en Psicología General Sanitaria
 - Máster en Psicología del Deporte y la Actividad Física.
 - Doctorando en Psicología del Deporte y Salud.

ENTIDAD RESPONSABLE DEL DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD, EN SU CASO:

ADANER MURCIA

(Asociación en Defensa de la Atención de la Anorexia Nerviosa y Bulimia)

FECHA:

27 y 28 de febrero

DURACIÓN (HORAS):

3 horas

OTRA INFORMACIÓN ADICIONAL: