
Ano Letivo 2021-22

Unidade Curricular PSICOSSOCIOLOGIA DA ALIMENTAÇÃO

Cursos DIETÉTICA E NUTRIÇÃO (1.º ciclo)

Unidade Orgânica Escola Superior de Saúde

Código da Unidade Curricular 15191060

Área Científica CIÊNCIAS DO COMPORTAMENTO

Sigla

Código CNAEF 310

**Contributo para os Objetivos de
Desenvolvimento Sustentável - 3; 10; 11
ODS (Indicar até 3 objetivos)**

Línguas de Aprendizagem Português - PT

Modalidade de ensino

Presencial

Docente Responsável

Maria Palma Mateus

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
Maria Palma Mateus	TP	TP1	45TP

* Para turmas lecionadas conjuntamente, apenas é contabilizada a carga horária de uma delas.

ANO	PERÍODO DE FUNCIONAMENTO*	HORAS DE CONTACTO	HORAS TOTAIS DE TRABALHO	ECTS
1º	S1	45TP	112	4

* A-Anual;S-Semestral;Q-Quadrimestral;T-Trimestral

Precedências

Sem precedências

Conhecimentos Prévios recomendados

Não aplicável

Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)

Pretende-se com esta unidade curricular os estudantes adquiram conhecimentos que lhes permitam:

- Compreender as diferentes dimensões da alimentação;
- Conhecer os principais determinantes psicológicos que condicionam as escolhas alimentares;
- Conhecer determinantes psicossociais de comportamentos em saúde;
- Conhecer modelos de mudança de comportamentos em saúde;
- Compreender os fatores psicossociais passíveis de influenciar o comportamento alimentar dos indivíduos ao longo do ciclo de vida.
- Compreender a dimensão simbólica dos alimentos e os diversos significados sociais que lhes são atribuídos;
- Compreender a influência dos fatores sociais nas conceções e práticas alimentares individuais e populacionais e sua relação com a saúde e qualidade de vida;
- Conhecer o papel da alimentação na construção das identidades socioculturais;
- Compreender a relação entre alimentação, economia, ambiente e sustentabilidade;
- Compreender o conceito de Segurança Alimentar.

Conteúdos programáticos

1. Conceito de alimento e de alimentação e os fatores que condicionam as escolhas alimentares;
2. Determinantes psicológicos das escolhas alimentares;
- 2.1. Determinantes psicossociais do comportamento alimentar ao longo do ciclo de vida;
3. Comportamentos de saúde;
- 3.1. Modelos de mudança de comportamento em saúde - entrevista motivacional;
4. Alimentação e identidade;
- 4.1. Aspetos socioculturais da alimentação;
- 4.2. Dieta Mediterrânica;
5. Alimentação, economia e ambiente;
6. Segurança alimentar (*food security*).

Metodologias de ensino (avaliação incluída)

Os conteúdos teóricos da unidade curricular serão apresentados utilizando essencialmente uma metodologia expositiva com apoio de meios audiovisuais. Sempre que possível, serão apresentados e discutidos em aula casos práticos, de modo a facilitar a compreensão e a integração dos conceitos.

Serão também realizados trabalhos de grupo, com o intuito promover o contacto com diferentes grupos populacionais, permitindo aos estudantes a integração prática e o aprofundamento dos conhecimentos teóricos.

As aulas e a metodologia de avaliação serão preparadas de forma a que possam ser asseguradas em modo não presencial, caso a situação de pandemia assim o determine.

A avaliação consistirá num teste escrito, com ponderação de 80% e um trabalho de grupo (com tema a designar) com ponderação de 20%. Serão dispensados de exame os estudantes que obtiveram média final igual ou superior a 10 valores. É critério para admissão a exame de época normal a realização do trabalho de grupo.

Bibliografia principal

Beardsworth, A., Keil, T. (2001). *Sociology on the Menu. An invitation of the study of food and society*. 2nd ed. USA: Routledge;

Brown, JE. (2011). *Nutrition Throughout the Life Cycle*. 4th ed. USA: Wadsworth Cengage Learning;

Isabel Ribeiro; Pedro Graça; José Lima Santos; Isabel do Carmo. (2013). O futuro da alimentação, Fundação Calouste Gulbenkian.

Kiple, K. F.; & Ornelas, K. C. (Eds.). (2000). *The Cambridge World Food History of Food*. Vol. II. UK: Cambridge University Press;

Ogden, J. (2004). *Psicologia da saúde*. 2^a ed. Lisboa: Climepsi Editores;

Pires, I. (2018). *Desperdício Alimentar*. Lisboa. Fundação Francisco Manuel dos Santos;

Woroby, J., Tepper, b.j., Kanarek, r.b., D'ANCI, K.E. (2006). *Nutrition and Behavior - A Multidisciplinary Approach*. UK: Cabi Publishing.

Freitas, A. et al.. (2015). Dimensões da Dieta Mediterrânica: património cultural imaterial da Humanidade. Faro. Universidade do Algarve, disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.1/6728>

Academic Year 2021-22

Course unit PSYCHOSOCIOLOGY OF FOOD

Courses DIETETICS AND NUTRITION (1st Cycle)

Faculty / School SCHOOL OF HEALTH

Main Scientific Area

Acronym

CNAEF code 310

Contribution to Sustainable Development Goals 3, 10, 11

Language of instruction Portuguese - PT

Teaching/Learning modality Presential

Coordinating teacher Maria Palma Mateus

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
Maria Palma Mateus	TP	TP1	45TP

* For classes taught jointly, it is only accounted the workload of one.

Contact hours

T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
0	45	0	0	0	0	0	0	112

T - Theoretical; TP - Theoretical and practical ; PL - Practical and laboratorial; TC - Field Work; S - Seminar; E - Training; OT - Tutorial; O - Other

Pre-requisites

no pre-requisites

Prior knowledge and skills

Not applicable

The students intended learning outcomes (knowledge, skills and competences)

The students intended learning outcomes (knowledge, skills and competences)

At the end of the course student will be able to:

Understand the different dimensions of food;

Identify the main psychological determinants that influence the food choices;

Identify the psychosocial determinants of health behaviours;

Know behaviours change models;

Understand the psychosocial factors that influence eating behaviours throughout the life cycle;

Understand the symbolic dimension associated with food and the social meanings attributed to food;

Understand the influence of social factors in the conceptions and in individual practices related to food and its relationship with health and life quality;

Understand the role of food in the construction of socio-cultural identities and as a cultural expression;

Understand the relation between food, economy, environment, and sustainability;

Understand the food security concept.

Syllabus

1. Concept of food and the factors that influence food choices;

2. Determinants of food choices;

2.1. Psychosocial determinants of eating behaviour throughout the life cycle;

3. Health behaviours;

3.1. Behaviour change models - motivational interview;

4. Food and identity;

4.1. Sociocultural aspects of food;

4.2. Mediterranean Diet;

5. Food, economy and environment;

6. Food security.

Teaching methodologies (including evaluation)

The theoretical contents will be presented using essentially an exhibition methodology with the support of audio-visual media. Whenever possible, practical cases will be presented and discussed in class to facilitate the understanding and integration of concepts.

Teamwork assessments will also be carried out, allowing students to integrate practice and deepen theoretical knowledge.

Theoretical-practical classes and the evaluation methodology will be prepared to be assured in a non-face-to-face manner if the current pandemic situation requires it.

The evaluation of the unit will consist of a written test (80%) and a teamwork assignment (20%). Students will be dismissed from the exam if the final grade obtained is equal to or greater than 10 (ten) points. To be admitted to the final examination in the first exam season, students are required to have concluded the group assignment.

Main Bibliography

Beardsworth, A., Keil, T. (2001). *Sociology on the Menu. An invitation of the study of food and society*. 2nd.ed. USA: Routledge;

Brown, JE. (2011). *Nutrition Throughout the Life Cycle*. 4th. ed. USA: Wadsworth Cengage Learning;

Isabel Ribeiro; Pedro Graça; José Lima Santos; Isabel do Carmo. (2013). *O futuro da alimentação*, Fundação Calouste Gulbenkian.

Kiple, K. F.; & Ornelas, K. C. (Eds.). (2000). *The Cambridge World Food History of Food*. Vol. II. UK: Cambridge University Press;

Ogden, J. (2004). *Psicologia da saúde*. 2ª ed. Lisboa: Climepsi Editores;

Pires, I. (2018). *Desperdício Alimentar*. Lisboa. Fundação Francisco Manuel dos Santos;

Woroby, J., Tepper, b.j., Kanarek, r.b., D'ANCI, K.E. (2006). *Nutrition and Behavior - A Multidisciplinary Approach*. UK: Cabi Publishing.

Freitas, A. et al.. (2015). *Dimensões da Dieta Mediterrânica: património cultural imaterial da Humanidade*. Faro. Universidade do Algarve, disponível em: <http://hdl.handle.net/10400.1/6728>