

RESOLUCION -CD- N° 573/2010

**Salta, 7 de Diciembre de 2010
Expediente N° 12.585/10**

VISTO:

La nota presentada por la Mg. Stella Maris Briones, solicitando autorización para realizar el Taller “Imagen Corporal Alimentación y Salud”, a realizarse el día 17 de Noviembre de 2.010, y;

CONSIDERANDO:

Que analizado el proyecto presentado, la Secretaria de Postgrado, Extensión e Investigación, informa que el mismo, cumple con los lineamientos establecidos en la Resolución – CS - N° 309/00, que reglamenta la realización de Cursos de Extensión Universitaria.

POR ELLO: en uso de las atribuciones que le son propias y teniendo en cuenta lo aconsejado por la Comisión de Docencia, Investigación y Disciplina de este Cuerpo;

EI CONSEJO DIRECTIVO DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
(En Sesión Extraordinaria N° 02/10, del 25/11/10)

RESUELVE

ARTICULO 1º: Tener por aprobada la realización del Taller “Imagen Corporal, Alimentación y Salud” realizado el día 17 de noviembre de 2010, de acuerdo a los lineamientos que se detallan a continuación:

NOMBRE DEL TALLER: “Imagen Corporal, Alimentación y Salud”

FUNDAMENTACIÓN

Los ideales de belleza establecidos por la sociedad representan un factor importante en la construcción de ciertos patrones físicos y de imagen corporal. Actualmente existe la tendencia de idealizar la imagen corporal que va de acuerdo con los mensajes publicitarios, que nos venden una imagen de belleza basada en la extrema delgadez. La delgadez es un asunto de salud, al igual que la obesidad; cada individuo tiene un peso ideal o recomendado y caer en los extremos, acarrea inconvenientes para la salud y llegan a comprometer la vida de la persona. Los medios de comunicación, la publicidad, los concursos de belleza y la moda, han promovido una imagen distorsionada de belleza, adelgazando la figura femenina al máximo y asociando, de forma descarada, el éxito personal, profesional, económico y sentimental a la delgadez. La existencia de un ideal de belleza, establecido y compartido socialmente, supone una presión altamente significativa sobre cada uno de los miembros de la población. Es innegable que el marketing de la belleza es un negocio a gran escala en muchos ámbitos de la vida. Sabemos que los

RESOLUCION -CD- N° 573/2010

**Salta, 7 de Diciembre de 2010
Expediente N° 12.585/10**

medios de comunicación influyen, pero es casi imposible tomar conciencia del poder que ejercen sobre cada uno de nosotros. La persona tiene un “esquema” perceptivo/emocional que le dice si se ajusta o no a los patrones de belleza que la sociedad propone e impone. En mayor o menor medida todas las personas intentan adecuarse al modelo establecido. Las variables edades y género no son ajenas a esta presión, muy al contrario, son variables que parecen condicionar la necesidad de mayor ajuste a los ideales sociales. La influencia que está ejerciendo esta cultura de la delgadez sobre la mujer es superior que la que ejerce sobre el hombre. No se sabe cuál será el modelo ideal dentro de 15 o 30 años, pero cualquiera que sea, en cualquier momento histórico, solo habrá una pequeña minoría de mujeres que encajan en ese ideal utópico de moda, y éstas creerán tener razones para autovalorarse positivamente, mientras que las que se alejen de él podrán padecer y sufrir problemas de salud físicos y mentales tales como:

- Ansiedad, depresión, autoestima baja, vergüenza y dificultad para concentrarse.
- Aislarse socialmente.
- No participar en actividades que requieran mostrar su cuerpo (hacer ejercicio, nadar, tener relaciones sexuales o ir al médico).
- Trastornos de la alimentación.

Por estas razones y sobre todo centrándonos en las consecuencias que trae una imagen corporal distorsionada, consideramos la conveniencia de desarrollar el “Taller Imagen Corporal: Alimentación y Salud”, para permitir a la comunidad universitaria, reflexionar sobre las problemáticas antes expuestas, con el fin de promover pensamientos críticos para contribuir a reforzar hábitos de vida saludables.

La intención de este taller es proponer espacios para la actualización de conocimientos específicos sobre la temática, favoreciendo la reflexión de la comunidad universitaria acerca de imagen corporal relacionada con presiones sociales, alimentación y salud. Y así lograr los beneficios de una permanente reflexión efectuada desde la actividad cotidiana, realizando actividades que potencien el trabajo grupal, la participación y la creatividad, estimulando la comunicación continua y permanente para obtener distintos enfoques sobre la compleja problemática abordada.

PROPÓSITOS

- Brindar un espacio para reflexionar acerca de cómo las presiones sociales influyen en la distorsión de la imagen corporal en las mujeres y como esto repercute en su salud.
- Promover una imagen corporal positiva dejando de lado los estereotipos impuestos socialmente.
- Conocer los beneficios de una alimentación saludable.

CONTENIDOS

A través de este taller se abordará el tema de la construcción social de la imagen corporal ideal difundida por los medios de comunicación, la familia y el entorno

RESOLUCION -CD- N° 573/2010

Salta, 7 de Diciembre de 2010
Expediente N° 12.585/10

social en general, que lleva sobre todo a las mujeres a buscar soluciones ante la supuesta imperfección de sus cuerpos creando la necesidad de reconstruirlos periódicamente para adecuarlos a la norma estética en vigor, lesionando su autoestima y perjudicando su salud, entendida ésta en un sentido integral.

CONTENIDOS

A través de este taller se abordará el tema de la construcción social de la imagen corporal ideal difundida por los medios de comunicación, la familia y el entorno social en general, que lleva sobre todo a las mujeres a buscar soluciones ante la supuesta imperfección de sus cuerpos creando la necesidad de reconstruirlos periódicamente para adecuarlos a la norma estética en vigor, lesionando su autoestima y perjudicando su salud, entendida ésta en un sentido integral.

A partir de lo antes descrito, promocionaremos la construcción social de una imagen corporal positiva, en el marco del concepto de salud y una alimentación saludable basada en las Guías Alimentarias Argentinas.

Los contenidos asociados con: Construcción social de la imagen corporal. Presiones sociales ideales estéticos y salud. Alimentación e imagen corporal. Trastornos de la alimentación. Alimentación saludable. Imagen corporal y salud.

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS

Sustentándonos en un enfoque problematizador, proponemos la realización de las siguientes actividades con el objetivo de promover la reflexión, la participación activa, la creatividad y un aprendizaje significativo sobre la compleja problemática abordada.

ACTIVIDADES

1. formación de grupos de 10 participantes a los cuales se les entregará una historieta con final abierto (relacionada con los temas expuestos) para que elaboren el final de las mismas. Concluida esta instancia cada grupo expondrá su elaboración en un plenario.
2. Presentación de un panel conformado por profesionales especialistas en los temas: Presiones Sociales en la construcción de la imagen, Lic. Laura Caporaletti (Psicóloga Invitada). Imagen corporal y trastornos Alimentarios (Cátedra de Dietoterapia del Adulto). Imagen corporal relacionada con la alimentación y cuestiones de género, Lic. Alejandra Casermeiro (Proyecto de Investigación 1525).
3. Distribución de tarjetas a los participantes en las cuales escribirán sus dudas e inquietudes acerca de los temas expuestos. Luego las mismas serán recogidas y leídas en voz alta por los colaboradores para que los profesionales especialistas respondan a las preguntas realizadas por los participantes.
4. Receso: refrigerio
5. Elaboración de afiches/posters por parte de los grupos con mensajes y dibujos para seguir promocionando una imagen corporal saludable. Exposición de los trabajos.

RESOLUCION -CD- N° 573/2010

**Salta, 7 de Diciembre de 2010
Expediente N° 12.585/10**

RECURSOS

- Diapositivas, folletos, historietas, afiches, revistas, tijeras, plasticolas, fibrones, cinta adhesiva.

EVALUACIÓN

A través de la actividad final N° 5 que engloba toda la temática expuesta evaluaremos el grado de aprobación de dichos conceptos por parte de los participantes.

Para evaluar el taller como propuesta de trabajo se realizará la siguiente encuesta.

Encuesta Evaluativa

6. Que evaluación le merece el Taller?

Muy Buena	Buena	Regular	Mala
Porqué?			
.			

7. Las actividades desarrolladas han satisfecho sus expectativas?

En Gran Medida	Medianamente	Nada
Porqué?		
.		

3. Los temas y actividades desarrolladas le permitieron aprender aspectos interesantes relacionados con

a) Presiones sociales y construcción de la imagen corporal

En gran Medida	Medianamente	Nada
Porqué?		
.		

b) Imagen Corporal y Trastornos Alimentarios

En Gran Medida	Medianamente	Nada
Porqué?		
.		

c) Imagen Corporal relacionada con la alimentación y cuestiones de género

En Gran Medida	Medianamente	Nada
Porqué?		
.		

d) Cree Ud. que se debería continuar con la realización de este tipo de talleres?

Si **No**

e) Qué otros temas considera que sería importante abordar en próximos talleres?
.....

RESOLUCION -CD- N° 573/2010

**Salta, 7 de Diciembre de 2010
Expediente N° 12.585/10**

DOCENTES INVITADOS

- Lic. en Psicología Laura Caporaletti
- Cátedra de Dietoterapia del Adulto
- Lic. Alejandra Casermeiro.

COLABORAN: Alumnos de la cátedra de Comunicación en Nutrición.

DESTINATARIOS

Este Taller está destinado a la comunidad universitaria en general, especialmente estudiantes.

CUPO: 60 personas.

LUGAR: Facultad de Ciencias de la Salud

FECHA: 17 de noviembre de 2010

DURACIÓN: 5 Horas

ARTÍCULO 2º. Hágase saber y remítase copia a: Mg. Stella M. Briones, Secretaría de Extensión Universitaria y siga a Dirección General Administrativa Académica a sus efectos.

LC

MAJ

LIC. CECILIA PIU DE MARTIN
SECRETARIA

MGS. NIEVE CHAVEZ
DECANA