Curso TopaGune: Diversidad corporal, clave para la convivencia



Estrategias para reconstruir la promoción de hábitos saludables libre de estigmas.

07.Jul - 08.Jul 2025

Cód. H11-25

Mod.:
Presencial

Edición
2025

Tipo de actividad
Curso de Verano

Fecha
07.Jul - 08.Jul 2025

Ubicación
Palacio Miramar

Idiomas
Euskera Español

Validez académica
20 horas

Horario lectivo de la actividad para profesionales de la enseñanza
10 horas

DIRECCIÓN

Amaia Irazusta Astiazaran, UPV/EHU, Profesora investigadora

Idoia Zarrazquin Arizaga, UPV/EHU, Profesora investigadora

Comité Organizador

Descripción

Llevamos décadas trabajando con estrategias para promover hábitos saludables en la población infantil. Sin embargo, las cifras de sedentarismo, consumo de determinados grupos de alimentos e insatisfacción corporal no son esperanzadoras. La experiencia y los datos nos están indicando que debemos analizar los programas que estamos desarrollando y reflexionar sobre posibles factores que pueden influir en la salud del alumnado. Tal vez, debamos empezar a mirar más allá de la corporalidad y promover hábitos saludables que ayuden a lograr una salud integral que englobe la salud física, mental y emocional.

La actual cultura de la dieta, más allá de no lograr su objetivo, está aumentado el estigma de peso causando efectos negativos sobre la salud de los y las menores. La promoción de la salud basada en estrategias cuerpo-centristas y con recomendaciones nutricionales restrictivas; empeora la aceptación corporal desde edades tempranas y causa una mala relación con la comida. Considerándose ambos factores como condicionantes de riesgo elevado para padecer un Trastorno de Conducta Alimentaria.

Cada vez es mayor la preocupación por nuestros cuerpos y es indiscutible que la presión estética también afecta a menores. Vivimos en una sociedad gordófoba y debemos darnos cuenta del efecto que tanto este estigma como las estrategias tienen en nuestra salud, para evitarlo. Hoy en día los cuerpos no normativos parece que son el principal factor de riesgo para padecer bullying; lo cual puede tener importantes consecuencias negativas a corto y largo plazo en la salud física y mental de niños y niñas. Las estrategias que se desarrollan en esta etapa de la vida, más allá de no estigmatizar los cuerpos, deberían dirigirse hacia una aceptación de la diversidad corporal y mejorar la convivencia.

En este Curso de Verano, se pretende trabajar y reflexionar sobre temas como la gordofobia, estigma de peso, diversidad, aceptación y empoderamiento corporal; así como de la alimentación intuitiva y saludable, libre de dietas. Se hará invitando a ponentes expertos en el ámbito, que expondrán evidencias que demuestran la necesidad de un cambio de paradigma en la promoción de hábitos saludables y bienestar integral. También se plantea una mesa redonda de personas expertas donde planteará la realidad de las escuelas desde los patios, los comedores, almuerzos, deporte, etc.

Para complementar las conferencias se realizará un taller que ayudará a deconstruir lo aprendido, ya que la ciencia avanza porque se cuestiona y se replantea. Se emplearán dinámicas participativas en grupos pequeños que ayuden a reflexionar sobre las prácticas realizadas en nuestra actividad profesional y generar posibles ideas, soluciones y actitudes que podemos mejorar en nuestro día a día para promover conductas verdaderamente saludables e inclusivas.

Este curso será de tipo TopaGune. Este nombre se da a los cursos que fomentan un mayor nivel de participación. En estos casos la persona que dirige el curso, la dirección académica de UIK y la persona que hará de facilitadora en el curso diseñan conjuntamente las técnicas que serán más eficaces para fomentar esta participación. Así, las personas que participan en el curso podrán tomar parte de manera activa en las dinámicas de reflexión y co-creación que se plantearán en este Curso de Verano.

Objetivos

Reflexionar sobre el efecto del estigma de peso en la convivencia y el riesgo de padecer bullying sobre el alumnado.

Analizar las actividades que realizamos en el centro y reflexionar sobre los factores que pueden influir en la salud del alumnado.

Promover hábitos saludables en la comunidad educativa bajo el enfoque no cuerpo-centrista, fomentando el bienestar físico, mental y emocional del alumnado.

Colabora

GIPUZKOA Ekin. Zaindu. Bizi.

EUSKO JAURLARITZA GOBIERNO VASCO OSASUN SAILA DEPARTAMENTO DE SALUD

Osakidetza

EUSKO JAURLARITZA GOBIERNO VASCO HEZKUNTZA SAILA DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN


EUSKO JAURLARITZA
GOBIERNO VASCO
KULTURA ETA HIZKUNTZA POLITIKA SAILA
DEPARTAMENTO DE CULTURA Y POLÍTICA LINGÜÍSTICA


prest_gara

Programa

07-07-2025

09:00 - 09:15 Presentación por parte de la Dirección de la actividad

Amaia Irazusta Astiazaran | UPV/EHU - Medikuntza eta Erizaintza Fakultateko irakaslea
Idoia Zarrazquin Arizaga | UPV/EHU - Medikuntza eta Erizaintza Fakultateko irakaslea

---

09:15 - 10:00 “Gorputz osasuntsuaren falazia“

Amaia Irazusta Astiazaran | UPV/EHU - Medikuntza eta Erizaintza Fakultateko irakaslea

---

10:00 - 11:30 “Cánones estéticos: un factor de riesgo para la salud“

Magdalena Piñeyro Bruschi | Magdalena Piñeyro - Hedatzailea

11:30 - 12:00 Pausa

12:00 - 13:00 “Promover la aceptación corporal y construir espacios seguros para la diversidad corporal desde el aula“

Kike Esnaola Letemendia | FORAPSICO - Psicólogo

13:00 - 14:00 “Cultura de dieta: el negocio billonario de la insatisfacción corporal“

Gabriela Uriarte --- | GU - Nutricionista

08-07-2025

09:00 - 09:45 “Jarduera fisikoa eta gorputz aniztasuna eskola adinean“

Irantzu Ibañez Lasurtegui | UPV/EHU - Hezkuntza eta Kirol Fakultateko irakaslea

---

09:45 - 10:30 “Elikadura osasuntsua eta intuitiboa“

Garazi Lizarraga Lertxundi | Elikaeskola - Nutrizionista

10:30 - 11:00 Pausa

11:00 - 11:45 “Sare sozialen erabilera haur eta nerabeetan, lagun edo etsai?“

Juan Manuel Machimbarrena Garagorri | UPV/EHU - Psikologia fakultateko irakaslea

---

11:45 - 13:15 Mesa Redonda: “Obesitatearen estigma eskoletan“

Idoia Zarrazquin Arizaga | Eskoletako ordezkaria - Orientatzaile / Irakasle (Modera)
Juan Manuel Machimbarrena Garagorri | UPV/EHU - Profesor Facultad de Psicología
Garazi Lizarraga Lertxundi | Elikaeskola - Nutricionista
Irantzu Ibañez Lasurtegui | UPV/EHU - Hezkuntza eta Kirol Fakultatea

---

13:15 - 15:00 Bazkaltzeko tartea

15:00 - 17:00 “TAILER PARTE HARTZAILEA: GORPUTZETIK GORPUTZETARA. Paradigma zaharrak hausten eta berriak berreraikintzen“

Azken eguneko saio honetan ikastaroan zehar ikusitako eta landutako gaien inguruan hausnarketa egin nahi dugu. TopaGune-ko ikastaro bezala bertaratutakoen partaidetza suspertu nahi dugu. Hausnarketa hau oso garrantzitsua izango da landutako gaiak barneratzeko eta benetan ikasitakoa gure egunerakotasunean praktikatzen hasteko. Dinamika errazak izango dira eta partaideen esperientzietatik ikasten jarraitzeko aukera izango dugu.

Idoia Zarrazquin Arizaga | UPV/EHU - Medikuntza eta Erizaintza Fakultateko irakaslea
Amaia Irazusta Astiazaran | UPV/EHU - Medikuntza eta Erizaintza Fakultateko irakaslea

Dirigido por:



Amaia Irazusta Astiazaran

UPV/EHU, Profesora investigadora

Diplomada en Enfermería y Licencia en Antropología Social y Cultural. Realizó su tesis doctoral estudiando los hábitos de alimentación del alumnado universitario. Profesora Titular de la Facultad de Medicina y Enfermería de la UPV/EHU. Ha desarrollado su labor docente e investigadora en los hábitos alimentación y actividad física. Además ha colaborado en diferentes proyectos relacionados con la promoción de hábitos de vida saludables.



Idoia Zarrazquin Arizaga

UPV/EHU, Profesora investigadora

Idoia Zarrazquin es diplomada en Nutrición Humana y Dietética y Licenciada en Farmacia por la Universidad de Navarra. Además de Doctora en Fisiología por la UPV/EHU desde el año 2012. En la actualidad, realiza su labor docente en el grado de Enfermería de la UPV/EHU, en las asignaturas Farmacología, Enfermería Clínica y Nutrición y Salud. Además, participa en la coordinación del Máster sobre Envejecimiento Activo y Calidad de Vida de la UPV/EHU y es coordinadora del Servicio de Asesoramiento Educativo de la UPV/HU en Guipúzcoa. Desde el año 2017 es Académica de número de la Academia Española de Nutrición y Dietética y ha participado en 22 proyectos de investigación sobre dicha temática y ha publicado 18 artículos en revistas de impacto internacional.

Profesorado



Kike Esnaola Letemendia

Kike Esnaola es psicólogo sanitario, orientador educativo y divulgador. En la actualidad centra su trabajo en el ámbito de la psicología de salud y la psicología educativa. Dirige FORAPSICO, su centro sanitario en Donostia y también atiende a población de todo el territorio nacional en formato online. Es el responsable del Departamento de Orientación y Atención a la Diversidad del centro ALDAPETA Maria Ikastetxea. Además, colabora con el País Semanal y es divulgador en redes sociales. Sus temas principales son la Psicología crítica, la salud mental con mirada inclusiva y la Conducta Alimentaria.



Irantzu Ibañez Lasurtegui

arduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietan lizentziatua (UPV/EHU). Jarduera Fisikoaren, Nutrizioaren eta Osasun Publikoaren Zientzietako Master Ofiziala Bristolgo Unibertsitatean (Erresuma Batua) eta Jarduera Fisikoaren eta Kirolaren Zientzietako Nazioarteko Doktorea (2016). Hezkuntza eta Kirol Fakultateko irakaslea, Musika, Plastika eta Gorputz Adierazpenaren Didaktika sailean. Gaur egun, Heziketa Fisikoko minorraren Jarduera Fisikoa eta Osasuna irakasgaian (Lehen Hezkuntzako Gradua) eta Derrigorrezko Bigarren Hezkuntzako eta Batxilergoko Irakasleen Prestakuntzako Masterrean irakasten du. Jarduera Fisikoaren eta Osasunaren arloan hasi zen ikertzen, eta doktoratu aurreko 3 hilabeteko egonaldia egin zuen Jyvaskylako Unibertsitateko Ikerketa Zentroan (Finlandia). Gaur egun, bere ikerketa-ildo nagusiak eskola adineko umeen jarduera fisikoaren eta kirol-jardueraren ohiturak aztertzen ditu. Gainera, kirol- eta gizarte-bazterketaren aurka borrokatzen duten kirol-ekimen inspiratzaileak aztertzen dituen Europako proiektu baten parte da (ALLSTARS - Erasmus+). Bere irakaskuntza-jarduerak, eskolak, oro har, eta Heziketa Fisikoak, bereziki, jarduera fisikoa eta kirola ikuspegi holistiko batetik sustatzean duten garrantzia azpimarratzen du.



Amaia Irazusta Astiazaran

UPV/EHU, Profesora investigadora

Diplomada en Enfermería y Licencia en Antropología Social y Cultural. Realizó su tesis doctoral

estudiando los hábitos de alimentación del alumnado universitario. Profesora Titular de la Facultad de Medicina y Enfermería de la UPV/EHU. Ha desarrollado su labor docente e investigadora en los hábitos alimentación y actividad física. Además ha colaborado en diferentes proyectos relacionados con la promoción de hábitos de vida saludables.



Garazi Lizarraga Lertxundi

Nutrizioari eta dietetikari buruzko nire ikasketak Gasteizen hasi ziren, eta bertan giza elikadura eta dietetika diplomatura egin nuen. Behin ikasketa hauek bukatuta, arlo desberdinetan formatzen joan naiz, jarraitu nahi dudan bidea bilatzen joan naizen bitartean. Haurtzaroko elikaduran, kirol elikaduran, nutrizio klinikoan, elikadura nahasteetan edota patologia digestiboetan formatu naiz. Gaur egun, heziketa nutrizionalean eta transtorno funtzional digestiboetan zentratzen naiz. Ez dut nutrizioa ulertzen pertsonaren errealitate eta ezaugarri guztiak ezagutu gabe, eta beraz, ikasketa ofizialetatik haratago, neretzat nutrizio konsultan lan egiterako garaian beharrezkoa diren ezaugarrietan (enpatia eta entzutea) formatzea ezinbestekoa izan da. Ez dut kajoetatik ateratzen diren dietetan sinisten, pertsona bakoitzaren ezaugarri eta egoerara egokitutako planteamendu pertsonalizatuetan baizik.



Juan Manuel Machimbarrena Garagorri

Licenciado (2012) y doctor en Psicología (2017, premio extraordinario de doctorado) por la UPV/EHU. Profesor adjunto del departamento de Psciología clínica y de la salud y metodología de investigación. Autor de varios artículos publicados en revistas nacionales e internacionales. Ha participado en diferentes proyectos de investigación. Ha presentado varias comunicaciones a congresos y ha realizado una estancia en la Universidad de Amberes. A nivel docente imparte asignaturas tanto en el grado de Psicología, Máster en Psicología General Sanitaria y el máster de investigación en Psicología de la EHU/UPV. En cuanto a gestión, actualmente es coordinador del grado de Psicología desde el curso 2021-2022. Sus líneas de investigación se centran en diferentes riegos de Internet para los adolescentes y la acumulación de los mismos y su impacto en su calidad de vida relacionada con la salud. Estos riegos incluyen tanto las problemáticas de carácter relacional (p.ej: bullying, cyberbullying, cyber dating abuse, sexting...) como aquellas de uso disfuncional de la tecnología (p.ej: uso problemático de internet, Internet Gaming Disorder..) y su relación con variables personales y familiares teniendo como objetivo la prevención.



Magdalena Piñeyro Bruschi

MAGDALENA PIÑEYRO (Montevideo, 1986). Licenciada en Filosofía y Máster en Estudios de Género y Políticas de Igualdad, investigadora independiente especializada en género y diversidad corporal. Ha publicado, entre otras, las siguientes obras: "Stop Gordofobia y las panzas subversas" (Zambra, 2016), "10 gritos contra la gordofobia" (Vergara, 2019), "Guía Básica sobre Gordofobia. Un paso más hacia una vida libre de violencia", del Instituto Canario de Igualdad (2021), y "Som Massa. Guía sobre grassofòbia en l'àmbit educatiu" (con Magranes, 2023). Realizadora de la charla TEDx "Acabemos con la gordofobia ya" y Directora Técnica de las Jornadas sobre Gordofobia y Violencia Estética del Instituto Canario de Igualdad (2020-2023). En la actualidad, centra su actividad en la formación, escritura y sensibilización.



Gabriela Uriarte ---

GU

Soy graduada en Nutrición Humana y Dietética y Master Universitario Europeo en Alimentación y metabolismo. Especialista en conducta alimentaria desde hace más de 12 años ayudo a personas online y de manera presencial en mi centro interdisciplinar GUNUTRICION. Soy autora de dos libros, tengo un podcast "al salir de consulta" y presento en ETB2 A bocados, un programa de nutrición y gastronomía desde hace 8 años. Trabajo desde el prisma de la no dieta y la peso inclusión, que celebra la diversidad corporal y busca que las personas se cuiden de manera personalizada y sin dieta



Idoia Zarrazquin Arizaga

UPV/EHU, Profesora investigadora

Idoia Zarrazquin es diplomada en Nutrición Humana y Dietética y Licenciada en Farmacia por la Universidad de Navarra. Además de Doctora en Fisiología por la UPV/EHU desde el año 2012. En la actualidad, realiza su labor docente en el grado de Enfermería de la UPV/EHU, en las asignaturas Farmacología, Enfermería Clínica y Nutrición y Salud. Además, participa en la coordinación del Máster sobre Envejecimiento Activo y Calidad de Vida de la UPV/EHU y es coordinadora del Servicio de Asesoramiento Educativo de la UPV/HU en Guipúzcoa. Desde el año 2017 es Académica de número de la Academia Española de Nutrición y Dietética y ha participado en 22 proyectos de investigación sobre

dicha temática y ha publicado 18 artículos en revistas de impacto internacional.

Precios matrícula

PRESENCIAL	HASTA 30-06-2025	HASTA 07-07-2025
Tarifa joven	25,00 EUR	52,00 EUR
UIK euskaraz	-	74,00 EUR
Matrícula reducida general	-	63,00 EUR
Exención de matrícula	-	52,00 EUR
Aprender Para Enseñar – Gobierno Vasco	-	63,00 EUR
Aprender Para Enseñar – Gobierno de Navarra	-	63,00 EUR
Profesionales y estudiantes de euskaltegis o centros homologados de autoaprendizaje	-	63,00 EUR
Elkar	-	63,00 EUR
Cursos para Tod@s	-	63,00 EUR
Donostia Kultura	-	63,00 EUR
La Salud, un Compromiso con las Personas	-	18,00 EUR

Lugar

Palacio Miramar

Pº de Miraconcha nº 48. Donostia / San Sebastián

Gipuzkoa