

Desarrollo
profesional y personal

Curso académico 2020-2021

Nutrición y Dietética: Planificación Alimentaria

del 20 de enero al 22 de junio de 2021

6 créditos

CERTIFICADO DE ENSEÑANZA ABIERTA

Características: material impreso, material multimedia, actividades presenciales optativas, página web, curso virtual y guía didáctica.

Departamento

Química Inorgánica y Química Técnica

Facultad de Ciencias

PROGRAMA DE DESARROLLO PROFESIONAL Y PERSONAL

Curso 2020/2021

El Programa de Desarrollo Profesional y Personal acoge cursos que dan derecho a la obtención de un Título Propio por la UNED. Cada curso se impartirá en una de las siguientes categorías: Experto Profesional, Enseñanza Abierta, Actualización Profesional (*) y atienden una demanda de formación en respuesta a las necesidades e intereses del mundo del trabajo. Sus cursos estarán promovidos por la UNED o entidades sociales y económicas que busquen el apoyo académico de la Universidad para la mejor calidad de sus acciones de formación y promoción de sus colectivos laborales y profesionales.

Requisitos de acceso: no hay requisitos mínimos de acceso, salvo los específicos de cada curso establecidos por su director.

(*) En los cursos que se ofertan en Enseñanza Abierta que en su denominación contengan la especificación de (ACTUALIZACIÓN PROFESIONAL), la superación del curso se acreditará mediante un "Certificado de Actualización Profesional" (Reunión del Consejo de Gobierno de la UNED, celebrada el día dieciséis de diciembre de dos mil catorce, por la que se aprueba la implantación de cursos para cubrir la formación profesional y empresarial con la denominación de Certificado de Actualización Profesional).

Destinatarios

Este curso se ofertó inicialmente en la convocatoria 2013-2014 con el título "Nutrición y Dietética".

Está dirigido a todos los profesionales, sanitarios o no, vinculados a estos temas (docentes, restauración colectiva, psicólogos, asistentes sociales, etc.). Por su contenido básico se trata de adquirir conocimientos que favorezcan una vida saludable y preventiva frente a muchas enfermedades de las sociedades industrializadas.

1. Objetivos

- Conocer todos los nutrientes contenidos de los alimentos.
- Comprender la necesidad de una alimentación variada y equilibrada para mantener una buena salud.
- Saber preparar dietas equilibradas para personas sanas o en determinadas patologías en función de su edad, sexo, momento fisiológico y actividad.
- Promover aptitudes orientadas hacia la prevención de enfermedades relacionadas con una inadecuada alimentación en la población.
- Por último y muy importante enseñar a diseñar y planificar dietas para distintos grupos de población y diferentes patologías de alta prevalencia en nuestra sociedad.

Otra Información

Será responsabilidad exclusiva del Equipo Docente la información facilitada en la siguiente relación de hipervínculos. En caso de detectarse alguna contradicción, prevalecerá la oferta formativa aprobada por el Consejo de Gobierno para cada convocatoria, así como del Reglamento de Formación Permanente y del resto de la legislación Universitaria vigente.

[Página web](#)

2. Contenidos

1. Alimentación, Nutrición y Salud. Los nuevos estilos de vida.
2. El consumidor del siglo XXI, su participación e influencia en la nutrición comunitaria.
3. Importancia de la restauración colectiva en la salud de la población actual. Restauración social y de ocio.
4. Orígenes del comportamiento alimentario. Factores que influyen en el patrón de consumo de alimentos de una población. La comida como expresión sociocultural.
5. Los hábitos alimentarios y su evolución, posibilidades de cambio.
6. La educación nutricional, elemento esencial de la promoción de la salud. El consejo dietético.
7. Seguridad alimentaria y crisis alimentarias.
8. Estudio de los alimentos por afinidades. Grupos de alimentos y su valor nutritivo.
9. Macro y micronutrientes de los alimentos.
10. Agua. Hidratación.
11. Las Guías alimentarias y su aplicación práctica: diseño de dietas equilibradas para distintos grupos de población en diferentes circunstancias.
12. Nuevos alimentos: alimentos funcionales.
13. Dieta mediterránea.

14. Dietas no convencionales: vegetariana, macrobiótica, exóticas, etc.
15. Nutrición en diferentes situaciones fisiológicas y etapas de la vida.
16. Grupos emergentes de población: inmigración.
17. Nutrición, ejercicio físico y deporte factores determinantes en la salud.
18. Patologías asociadas a la nutrición. Prevalencia, prevención y tratamiento nutricional.
19. Errores y mitos en alimentación.
20. Gastronomía y Nutrición.

3. Metodología y actividades

La metodología es a distancia, con el apoyo de los profesores a través de plataforma virtual, correo, teléfono, e-mail o visita personal.

Están previstos seminarios presenciales a lo largo del curso, (probablemente en febrero, abril y mayo) **con carácter voluntario**, donde se abordarán temas relacionados con la materia por prestigiosos profesores-colaboradores del curso.

Estos seminarios se desarrollarán en Madrid.

4. Nivel del curso

Iniciación

5. Duración y dedicación

Duración: del 20 de enero de 2021 al martes 22 de junio de 2021.

Dedicación: 150 horas.

6. Equipo docente

Director/a

Director - UNED

ROJAS CERVANTES, MARIA LUISA

Colaboradores UNED

Colaborador - UNED

CALVO BRUZOS, SOCORRO CORAL

Colaboradores externos

Colaborador - Externo

LÓPEZ PLAZA, BRICIA

Colaborador - Externo

MARTÍN FERNÁNDEZ, FERNANDO

7. Material didáctico para el seguimiento del curso

7.1 Material obligatorio

MANUAL DE ALIMENTACIÓN. PLANIFICACIÓN ALIMENTARIA

Código 0103013CT01A01

Autores GÓMEZ CANDELA, D^a. Carmen; LÓPEZ PLAZA, D^a. Bricia; CALVO BRUZOS, D.^a Socorro Coral; LÓPEZ NOMDEDEU, D^a. Consuelo

Colección UNED COLECCIÓN TEMÁTICA

Editorial UNED

Edición 2015

Precio 30€

ISBN 9788436269758

DIETA SALUDABLE, DIETA MEDITERRÁNEA

Código 0150148DV01A01

Autores TARAZAGA BLANCO, D. José Antonio; BOTICARIO BOTICARIO, D.^a Consuelo; CALVO BRUZOS, D.^a Socorro Coral; LÓPEZ NOMDEDEU, D^a. Consuelo

Colección UNED DVD

Editorial UNED

Edición 2006

Precio 6.01€

ISBN 9788436252255

7.2 Material optativo

LA DIETA EN EDAD ESCOLAR

Código 0150149DV01A01

Autores	LÓPEZ NOMDEDEU, D. ^a . Consuelo; BOTICARIO BOTICARIO, D. ^a Consuelo; TARAZAGA BLANCO, D. José Antonio; CALVO BRUZOS, D. ^a Socorro Coral
Colección UNED	DVD
Editorial	UNED
Edición	2006
Precio	6.01€
ISBN	9788436252347

7.3 Material disponible en la plataforma virtual

El curso se encuentra alojado en la plataforma aLF, que dará soporte on-line a los estudiantes. A través de los foros habilitados podrán plantear las cuestiones correspondientes relacionadas con los contenidos y con el funcionamiento del curso.

En el curso el estudiante encontrará la Guía Didáctica, Pruebas de Evaluación, así como documentos multimedia y documentos en PDF.

Asimismo, se ofrecerá un cronograma con las actividades a realizar.

7.4 Material remitido por el equipo docente

Guía Didáctica y Pruebas de Evaluación que, además de alojadas en la plataforma virtual del curso, serán remitidas por el Equipo Docente a los estudiantes matriculados a través de correo electrónico.

7.5 Otros Materiales

Observaciones sobre el Material Didáctico Obligatorio (editado por la UNED), no incluido en el precio de matrícula :

Puede consultar en la Librería de la UNED la posibilidad de adquirirlo contra reembolso:

C/ Bravo Murillo nº 38 - 28015 Madrid

Tfno.: 91.398.7560

E-mail: libreria@adm.uned.es

8. Atención al estudiante

Tutorías:

Miércoles y jueves de 11 a 14 horas y martes de 16 a 19 horas.

Teléfonos 91-398 73 42

scalvo@ccia.uned.es

9. Criterios de evaluación y calificación

Para superar el curso es necesario tener una evaluación positiva en las tres actividades a evaluar. Se trata de dos pruebas de evaluación a distancia (PED), cada una de las cuales consta de una parte de tipo test y otra de desarrollo (cada PED contribuye a la nota en un 25%) y un trabajo de investigación referido a algún aspecto concreto del temario (contribuye a la nota en un 50%). Es obligatoria la presentación de todas las actividades a evaluar.

10. Precio público del curso

Precio público de matrícula: 270 €

11. Descuentos

11.1 Ayudas al estudio y descuentos

Se puede encontrar información general sobre ayudas al estudio y descuentos en [este enlace](#).

Dirección de correo para el envío de documentación: ea@adm.uned.es.

12. Matriculación

Del 7 de septiembre al 30 de noviembre de 2020.

Atención administrativa:

Cursos de Certificado de Enseñanza Abierta

ea@adm.uned.es

Tf. 91 398 7711 / 7530

C/ Juan del Rosal, 14 - 1ª planta

28040 Madrid

13. Responsable administrativo

Negociado de Enseñanza Abierta.