

Desarrollo  
profesional y personal

Curso académico 2016-2017

Nutrición y Dietética: Planificación Alimentaria

del 16 de enero al 23 de junio de 2017

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

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

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.

**Este curso está avalado por la Cátedra UNESCO de Sistema Alimentario Global Sostenible de la UNED, en el marco de su plan formativo.**

## 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 del curso](#)

## 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

A distancia, con el apoyo de los profesores a través de 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. La asistencia se evaluará positivamente.

Estos seminarios se desarrollarán en Madrid .

### 4. Nivel del curso

Iniciación

### 5. Duración y dedicación

Duración: del 16 de enero de 2017 al viernes 23 de junio de 2017.

Dedicación: 150 horas.

### 6. Equipo docente

#### Codirectores

Codirector - UNED

*LOPEZ PEINADO, ANTONIO JOSE*

Codirector - UNED

*ORTEGA CANTERO, ELOISA*

## Colaboradores UNED

Colaborador - UNED

*CALVO BRUZOS, SOCORRO CORAL*

## Colaboradores externos

Colaborador - Externo

*LÓPEZ PLAZA, BRICIA*

Colaborador - Externo

*ORTEGA CANTERO, JOSE MANUEL*

Colaborador - Externo

*SÁNCHEZ ALCALDE, MARÍA LUZ*

## 7. Material didáctico para el seguimiento del curso

### 7.1 Material obligatorio

**Código** 0103013CT01A01

**Autores** GÓMEZ CANDELA, D<sup>a</sup>. Carmen; LÓPEZ PLAZA, D<sup>a</sup>. Bricia; CALVO BRUZOS, D<sup>a</sup>. Socorro Coral; LÓPEZ NOMDEDEU, D<sup>a</sup>. Consuelo

**Colección UNED** COLECCIÓN TEMÁTICA

**Editorial** UNED

**Edición** 2015

**Precio** 30€

**ISBN** 978-84-362-6975-8

**Código** 0103013CT01A01

**Autores** GÓMEZ CANDELA, D<sup>a</sup>. Carmen; LÓPEZ PLAZA, D<sup>a</sup>. Bricia; CALVO BRUZOS, D<sup>a</sup>. Socorro Coral; LÓPEZ NOMDEDEU, D<sup>a</sup>. Consuelo

**Colección UNED** COLECCIÓN TEMÁTICA

**Editorial** UNED

**Edición** 2015

**Precio** 30€

**ISBN** 978-84-362-6975-8

## LA DIETA EN EDAD ESCOLAR

**Código** 0150148DV01A01

**Autores** CALVO BRUZOS, D<sup>a</sup>. Socorro Coral; TARAZAGA BLANCO, D. José Antonio; BOTICARIO BOTICARIO, D<sup>a</sup>. Consuelo; LÓPEZ NOMDEDEU, D<sup>a</sup>. Consuelo

**Colección UNED** DVD

**Editorial** UNED

**Edición** 2006

**Precio** 6.01€

**ISBN** 978-84-362-5225-5

**Código** 0150149DV01A01

**Autores** LÓPEZ NOMDEDEU, D<sup>a</sup>. Consuelo; BOTICARIO BOTICARIO, D<sup>a</sup>. Consuelo; CALVO BRUZOS, D<sup>a</sup>. Socorro Coral; TARAZAGA BLANCO, D. José Antonio

**Colección UNED** DVD

**Editorial** UNED

**Edición** 2006

**Precio** 6.01€

**ISBN** 978-84-362-5234-7

**Código** 0150149DV01A01

**Autores** LÓPEZ NOMDEDEU, D<sup>a</sup>. Consuelo; BOTICARIO BOTICARIO, D<sup>a</sup>. Consuelo; CALVO BRUZOS, D<sup>a</sup>. Socorro Coral; TARAZAGA BLANCO, D. José Antonio

**Colección UNED** DVD

**Editorial** UNED

**Edición** 2006

**Precio** 6.01€

**ISBN** 978-84-362-5234-7

## 7.2 Material disponible en la plataforma virtual

Guía Didáctica. Pruebas de evaluación .

Documentos multimedia

Documentos en PDF

### 7.3 Material remitido por el equipo docente

Guía didáctica y Pruebas de Evaluación que remite el equipo docente .

### 7.4 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](mailto:libreria@adm.uned.es)

## 8. Atención al estudiante

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

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

Teléfonos 91-398 73 42 ó 91-398 73 69 ó 91-398 73 97.

[scalvo@ccia.uned.es](mailto:scalvo@ccia.uned.es) ó [cboticario@ccia.uned.es](mailto:cboticario@ccia.uned.es) ó [mviejobueno@pas.uned.es](mailto:mviejobueno@pas.uned.es)

[www.uned.es/pea-nutricion-y-dietetica-I](http://www.uned.es/pea-nutricion-y-dietetica-I)

## 9. Criterios de evaluación y calificación

Se superará el Curso siempre que sea positiva la evaluación de dos pruebas (40 % de la nota) y un trabajo de investigación referido a algún aspecto concreto del temario (60 % de la nota).

## 10. Precio público del curso

Precio público de matrícula: 180 €

## 11. Matriculación

Del 7 de septiembre al 1 de diciembre de 2016.

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