

Guía Docente: Estrategias de Educación alimentaria y nutricional

DATOS GENERALES	
Facultad	Facultad de Ciencias de la Salud
Titulación	Grado en Nutrición Humana y Dietética
Plan de estudios	2012
Especialidad/Mención	Mención en Nutrición y Salud Pública: Educación al consumidor
Materia	Estrategias de Educación Alimentaria y Nutricional
Asignatura	Estrategias de Educación alimentaria y nutricional
Créditos ECTS	6
Carácter	Optativo
Curso	Cuarto
Período de impartición	Tercer Trimestre
Lengua en la que se imparte	Castellano
Prerrequisitos	Ninguno

DATOS DEL PROFESORADO			
Profesor Responsable	Silvia Sánchez Díaz	Correo electrónico	silvia.sanchez2467@ui1.es
Área		Facultad	Facultad de Ciencias de la Salud

CONTEXTUALIZACIÓN Y JUSTIFICACIÓN DE LA ASIGNATURA

Asignaturas de la materia	<ul style="list-style-type: none"> • Estrategias de Educación alimentaria y nutricional
Contexto y sentido de la asignatura en la titulación y perfil profesional	<p>Tras cursar esta asignatura el alumno deberá estar capacitado para aplicar los conocimientos teóricos que le han sido impartidos al análisis crítico de la problemática nutricional de individuos y grupos, así como al diseño, planificación y evaluación de intervenciones de educación nutricional y promoción de la salud. Destacan los siguientes objetivos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conocer y ser capaz de planificar, analizar y evaluar programas de intervención en alimentación y nutrición en distintos ámbitos. • Ser capaz de participar en actividades de educación alimentaria y nutricional de la población así como de sujetos sanos y enfermos. <p>La asignatura Estrategias de educación alimentaria y nutricional se imparte en el cuarto curso del Grado de Nutrición Humana y Dietética y guarda estrecha relación con las asignaturas de Nutrición, Psicología y Nutrición, Nutrición Comunitaria, Salud Pública y Prevención y Epidemiología.</p>

COMPETENCIAS QUE ADQUIERE EL ESTUDIANTE Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Competencias de la asignatura	<ul style="list-style-type: none"> • CMC-04: Colabora en la planificación y desarrollo de políticas en materia de alimentación, nutrición y seguridad alimentaria basadas en las necesidades de la población y la protección de la salud. • CMC-03: Participa en actividades de prevención de enfermedades relacionadas con la nutrición y los estilos de vida, llevando a cabo la educación alimentaria- Nutricional de la población. • CMC-02: Diseña, interviene y ejecuta programas de educación dietético-Nutricional y de formación en nutrición y dietética. • CMC-01: Diseña y lleva a cabo protocolos de evaluación del estado Nutricional, identificando los factores de riesgo Nutricional. • CE-36: Asesorar en el desarrollo, comercialización, etiquetado, comunicación y marketing de los productos alimenticios de acuerdo a las necesidades sociales, los conocimientos científicos y legislación vigente. • CE-28: Integrar a las personas con discapacidad al ámbito de la nutrición humana y la dietética. • CE-26: Elaborar, aplicar, evaluar y mantener prácticas adecuadas de higiene, seguridad alimentaria y sistemas de control de riesgos, aplicando la legislación vigente. • CE-25: Ser capaz de participar en actividades de promoción de la salud y prevención de trastornos alimentarios. • CE-23: Conocer las organizaciones de salud, nacionales e internacionales, así como los diferentes sistemas de salud, reconociendo el papel del Dietista-Nutricionista. • CE-14: Interpretar el diagnóstico Nutricional, evaluar los aspectos Nutricionales de una historia clínica y realizar el plan de actuación dietética. • CE-10: Aplicar los conocimientos científicos de la fisiología, fisiopatología, la nutrición y alimentación a la planificación y consejo dietético en individuos y colectividades, a lo largo del ciclo vital, tanto sanos como enfermos. • CE-08: Integrar y evaluar la relación entre la alimentación y la nutrición en estado de salud y en situaciones patológicas. • CB-04: Transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado. • CG-12: Promover y evaluar la adquisición de buenos hábitos alimenticios, perdurables
--------------------------------------	--

	<p>y autónomos.</p> <ul style="list-style-type: none"> • CG-11: Diseñar, desarrollar y evaluar métodos educativos de aplicación relativos a la Nutrición Humana y Dietética de forma individual y personalizada para cada paciente. • CG-09: Conocer y comprender los efectos de los hábitos alimenticios sobre aspectos psicológicos y sociales del ser humano. • CG-06: Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios. • CG-02: Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo. • CU-16: Saber transmitir un informe técnico de la especialidad. • CU-15: Utilizar una adecuada estructura lógica y un lenguaje apropiado para el público no especialista y escribir con corrección. • CG-05: Realizar la comunicación de manera efectiva, tanto de forma oral como escrita, con las personas, los profesionales de la salud o la industria y los medios de comunicación, sabiendo utilizar las tecnologías de la información y la comunicación especialmente las relacionadas con nutrición y hábitos de vida. • CU-08: Entender las prácticas y el trabajo colaborativo como una manera de aplicar la teoría y como una manera de indagar sobre la práctica valores teóricos. • CU-04: Utilizar las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs) para poner en marcha procesos de trabajo ajustados a las necesidades de la sociedad actual. • CU-03: Utilizar la expresión oral y escrita de forma adecuada en contextos personales y profesionales.
Resultados de aprendizaje de la asignatura	<ul style="list-style-type: none"> • Conoce los métodos, las técnicas y las áreas de actuación de la promoción y la educación para la salud. • Desarrolla las capacidades necesarias para diseñar y desarrollar programas de promoción de la salud. • Desarrolla un carácter crítico frente al marketing y la publicidad en relación con la salud. • Desarrolla habilidades comunicativas.

PROGRAMACION DE CONTENIDOS

Breve descripción de la asignatura	<p>Las acciones preventivas de formación y concienciación para el autocuidado y la mejora de los hábitos, son el pilar fundamental para la mejora de la salud poblacional. Por ello es fundamental que los profesionales sanitarios se formen convenientemente para saber transmitir de la forma más sencilla y eficiente los cuidados para la promoción de la salud a la población. En la presente asignatura se abordarán los diferentes conocimientos que se requieren para que el alumno sea capaz de diseñar y llevar a cabo programas de educación Nutricional.</p>
Contenidos	<p>1. Introducción a la Promoción y Educación para la salud. Problemas y prioridades nutricionales en la sociedad actual.</p> <p>1.1. Promoción de la salud y educación para la salud.</p> <p>1.2 Educación Nutricional.</p> <p>1.3 Transición nutricional.</p> <p>1.4 Problemas actuales.</p> <p>2. Factores determinantes de la conducta alimentaria y su relación con la salud.</p>

2.1. Factores determinantes de la conducta alimentaria.

2.2. Entornos de interés en educación nutricional: la familia, la escuela y el entorno social.

2.3. Modificaciones en la conducta alimentaria.

3. Recursos y estrategias educativas y de comunicación para la modificación de estilos de vida y hábitos alimentarios en diferentes grupos y circunstancias.

3.1. El proceso educativo.

3.2. Individuos, grupos y comunidades: familia, escuela, lugar de trabajo, grupos vulnerables.

3.3. Medios de comunicación, etiquetado nutricional, e-nutrición.

4. Evidencia científica: base de la intervención nutricional y de las recomendaciones dietéticas.

4.1. La nutrición basada en la evidencia (NuBE).

4.2. Ingestas de referencia .

4.3. Guías dietéticas.

4.4. Método del plato Harvard

5. Fases de la intervención dietético-nutricional.

5.1. Diagnóstico nutricional.

5.2. Establecimiento de prioridades.

5.3. Definición de objetivos y población diana.

5.4. Diseño y planificación de la intervención.

5.5. Puesta en marcha.

5.6. Evaluación.

6. Programas y estrategias de referencia sobre educación en nutrición, actividad física y prevención de enfermedad crónica.

6.1. Programas y estrategias nacionales.

6.2. Programas y estrategias internacionales.

6.3. Resultados de los programas.

METODOLOGÍA

Actividades formativas

Comunidad de aprendizaje (Aula Virtual)

- **Actividades de descubrimiento inducido (Estudio de Caso):** Actividades en las que el alumno podrá llevar a cabo un aprendizaje contextualizado trabajando, en el Aula Virtual y de manera colaborativa, una situación real o simulada que le permitirá realizar un primer acercamiento a los diferentes temas de estudio.
- **Actividades de Interacción y colaboración (Foros-Debates de apoyo al caso y a la lección):** Actividades en las que se discutirá y argumentará acerca de diferentes temas relacionados con las asignaturas de cada materia y que servirán para guiar el proceso de descubrimiento inducido.

Interacción alumno-tutor (Aula Virtual)

- **Tutorías:** Permiten la interacción directa entre docente y alumno para la resolución de dudas y el asesoramiento individualizado sobre distintos aspectos de las asignaturas.
- **Presentaciones de trabajos y ejercicios propuestos:** Incluye la elaboración individual, presentación y, en su caso, defensa virtual de los trabajos y ejercicios solicitados, conforme a los procedimientos de defensa que se establezcan en las guías docentes.
- **Actividades de evaluación:** El sistema de evaluación final será común para todas las asignaturas de la materia y se basará en una selección de las pruebas de evaluación más adecuadas para el tipo de competencias que se trabajen.

Trabajo Autónomo del alumno

- **Actividades de trabajo autónomo individual (Estudio de la lección):** Trabajo individual de los materiales utilizados en las asignaturas, aunque apoyado por la resolución de dudas y construcción de conocimiento a través de un foro habilitado para estos fines. Esta actividad será la base para el desarrollo de debates, resolución de problemas, etc.
- **Actividades de aplicación práctica (individuales):** Incluye el trabajo individual en la resolución de problemas, elaboración de proyectos y actividades similares que permitan aplicar los aspectos conceptuales, procedimentales y actitudinales trabajados en otras partes de la asignatura.
- **Lectura crítica, análisis e investigación:** Se trata de actividades en las que el alumno se acerca a los diferentes campos de estudio con una mirada crítica que le permite un acercamiento a la investigación. Se incluyen crítica de artículos y proyectos de investigación.
- **Actividades de evaluación:** El sistema de evaluación final será común para todas las asignaturas de la materia y se basará en una selección de las pruebas de evaluación más adecuadas para el tipo de competencias que se trabajen.

EVALUACIÓN

Sistema evaluativo

El sistema de evaluación se basará en una selección de las pruebas de evaluación más adecuadas para el tipo de competencias que se trabajen. El sistema de calificaciones estará acorde con la legislación vigente (Real Decreto 1125/2003, de 5 de septiembre, por el que se establece el sistema europeo de créditos y el sistema de calificaciones en las titulaciones universitarias de carácter oficial y de validez en todo el territorio nacional).

El sistema de evaluación de la Universidad Isabel I queda configurado de la siguiente manera:

Sistema de evaluación convocatoria ordinaria

Opción 1. Evaluación continua

Los estudiantes que opten por esta vía de evaluación deberán realizar el **Seguimiento de la Evaluación continua (EC)** y podrán obtener hasta un **60%** de la calificación final a través de las actividades que se plantean en la Evaluación continua.

Además deberán realizar un **Examen final presencial (EX)** que supondrá **40%** restante. Esta prueba tiene una parte dedicada al control de la identidad de los estudiantes que consiste en la verificación del trabajo realizado durante la Evaluación continua y otra parte en la que realizan diferentes pruebas teórico-prácticas para evaluar las competencias previstas en cada asignatura.

Para la aplicación de los porcentajes correspondientes el estudiante debe de haber obtenido una nota mínima de un 4 en cada una de las partes de las que consta el sistema de Evaluación continua.

Se considerará que el estudiante supera la asignatura en la convocatoria ordinaria por el sistema de Evaluación continua siempre y cuando al aplicar los porcentajes correspondientes se alcance una calificación mínima de un 5.

Opción 2. Prueba de evaluación de competencias

Los estudiantes que opten por esta vía de evaluación deberán realizar una **Prueba de evaluación de competencias (PEC)** y un **Examen final presencial (EX)**.

La **PEC** se propone como una prueba que el docente plantea con el objetivo de evaluar en qué medida el estudiante adquiere las competencias definidas en su asignatura. Dicha prueba podrá ser de diversa tipología, ajustándose a las características de la asignatura y garantizando la evaluación de los resultados de aprendizaje definidos. Esta prueba supone el 50% de la calificación final.

El **Examen final presencial**, cuyas características serán las mismas que las comentadas en la opción 1, supondrá el **50%** de la calificación final.

Al igual que con el sistema de evaluación anterior para la aplicación de los porcentajes correspondientes el estudiante debe de haber obtenido una puntuación mínima de un 4 en cada una de las partes de las que consta la opción de Prueba de evaluación de competencias.

Se considerará que el estudiante supera la asignatura en la convocatoria ordinaria por el sistema de la Prueba de evaluación de competencias siempre y cuando al aplicar los porcentajes correspondientes se alcance una calificación mínima de un 5.

Sistema de evaluación convocatoria extraordinaria

Todos los estudiantes, independientemente de la opción seleccionada, que no superen las pruebas evaluativas en la convocatoria ordinaria, tendrán derecho a una convocatoria extraordinaria.

La convocatoria extraordinaria completa consistirá, en la realización de una **Prueba de evaluación de competencias** que supondrá el **50%** de la calificación final y un **Examen final presencial** cuya calificación será el **50%** de la calificación final.

Para la aplicación de los porcentajes correspondientes el estudiante debe de haber obtenido una nota mínima de un 4 en cada una de las partes de las que consta el sistema de evaluación de la convocatoria extraordinaria.

Los estudiantes que hayan suspendido todas las pruebas evaluativas en convocatoria ordinaria (Evaluación continua o Prueba de evaluación de competencias y Examen final) o no se hayan presentado, deberán realizar la convocatoria extraordinaria completa, como se recoge en el párrafo anterior.

En caso de que hayan alcanzado una puntuación mínima de un 4 en alguna de las pruebas evaluativas de la convocatoria ordinaria (Evaluación continua o Prueba de evaluación de competencias y Examen final) se considerará su calificación para la convocatoria extraordinaria, debiendo el estudiante presentarse a la prueba que no haya alcanzado dicha puntuación o que no haya realizado.

En el caso de que el alumno obtenga una puntuación que oscile entre el 4 y el 4,9 en las dos partes en que se compone la convocatoria ordinaria (EC o PEC y Examen) solo se considerará para la convocatoria extraordinaria la nota obtenida en la Evaluación continua o Prueba de evaluación de competencias ordinaria (en función del sistema de evaluación elegido), debiendo el alumno realizar el examen extraordinario para poder superar la asignatura.

Al igual que en la convocatoria ordinaria se entenderá que el alumno ha superado la materia en convocatoria extraordinaria si, aplicando los porcentajes correspondientes, se alcanza una calificación mínima de un 5.

BIBLIOGRAFÍA Y OTROS RECURSOS

Bibliografía básica

Ortega RM, Aparicio A, López-Sobaler AM. Tratado de Nutrición (tomo III) (Ed. A. Gil), Editorial Acción Médica. 2010.

Esta obra que se divide en cuatro tomos contempla en su tomo III, que responde al título de "Nutrición Humana en el estado de Salud" aspectos de epidemiología y educación nutricional. En el capítulo de educación nutricional se tratan puntos como el concepto de educación nutricional, los determinantes de la conducta alimentaria y su modificación, el diseño de estrategias y programas y las nuevas tendencias en educación nutricional y alimentaria.

Perea R. Promoción y educación para la salud: tendencias innovadoras. Díaz de Santos. 2009

En este libro se trata la promoción y la educación para la salud en general, dividiendo el contenido en tres partes. En la primera se contextualiza el tema, dedicando un capítulo a la alimentación y actividad física, reconociendo así la importancia de estos dos factores como determinantes de salud. En la segunda valora los grupos sobre los que dirigir las intervenciones. La tercera parte se dedica a la descripción del método que se aplica para intervención y programas de educación para la salud.

Bibliografía complementaria

Ortega RM, Requejo AM. Nutriguía. Manual de Nutrición Clínica. Panamericana. 2015.

Salas Salvado J. Nutrición y dietética clínica. 2ª ed. Elsevier-Masson. 2008.

Mahan LK, Escott-Stump S, Raymond JL. Krause Dietoterapia. 13ª ed. Elsevier. 2013.

Díaz T, Ficapal-Cusí P, Aguilar-Martínez A. Hábitos de desayuno en estudiantes de primaria y secundaria: posibilidades para la educación nutricional en la escuela. Nutr Hosp

[Internet]. 2016 [cited 2016 Sep 5];33 Suppl 4:391.1.

Morales-Fernández MT, Aranda-Ramírez P, López-Jurado M, Llopis-González J, Ruiz-Cabello-Turmo P, Fernández-Martínez M del M. Efectividad de un programa de educación e intervención nutricional y de actividad física sobre la salud integral de mujeres posmenopáusicas. *Nutr Hosp*. 2016;33(2).

Visiedo A, Sainz de Baranda A, Crone D, Aznar S, Pérez-Llamas F, Sánchez-Jiménez R, et al. Programas para la prevención de la obesidad en escolares de 5 a 10 años: revisión de la literatura. *Nutr Hosp*. 2016;33(4).

Otros recursos

Rivero M, Moreno LA, Dalmau J, Moreno JM, Aliaga A, García-Perea A et al., coordinadores. Libro blanco de la Nutrición Infantil. [Internet]. 1ªed. Zaragoza: Prensas de la Universidad de Zaragoza; 2015.[actualizado 2015, consultado 20 octubre 2017]. Disponible

en:

http://www.aeped.es/sites/default/files/documentos/libro_blanco_de_la_nutricion_infantil.pdf

Educación Alimentaria y Nutricional [Internet]. Roma: Organización para la Nutrición y Agricultura(FAO).s.f.[actualizado 2017; citado 20 octubre 2017]. Disponible en: <http://www.fao.org/nutrition/educacion-nutricional/es/>

Guías Alimentarias basadas en alimentos para España [Internet].Roma: Organización para la Nutrición y Agricultura(FAO).s.f.[actualizado 2017; citado 20 octubre 2017]. Disponible en:

<http://www.fao.org/nutrition/education/food-dietary-guidelines/regions/countries/spain/en/>

Programa Perseo.Estrategia NAOS para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad [Internet]. Madrid: Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición. 2005.[actualizado 2005, consultado 20 octubre 2017]. Disponible en:

http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/nutricion/subseccion/material_didactico_familias.htm

Aliaga MP, Burriel M, Calvo A, Cereceda A, Chiva A, Cisneros MP et al. Estrategia para la alimentación y la actividad física saludable en Aragón [Internet].Gobierno de Aragón;2012.[actualizado 2012, consultado 20 octubre 2017]. Disponible en:

http://www.aragon.es/estaticos/GobiernoAragon/Departamentos/SanidadBienestarSocialFamilia/Sanidad/Ciudadano/12_Salud_Publica/02_Programas_de_Salud/Estrategia%20prom%20alim%20y%20act%20fis%20salud%20Aragon%202013%202018.pdf

Programa PIPO para la prevención de la obesidad infantil en Canarias [Internet].Sociedades pediátricas de Canarias.s.f. [actualizado 2017, consultado 20 octubre 2017]. Disponible en: <http://www.programapipo.com/>

Change 4 life [internet]. Department of health. UK Government.s.f.[actualizado 2017; citado 20 octubre 2017]. Disponible en: <http://www.nhs.uk/change4life/Pages/change-for-life.aspx>

5 a day: [internet]. Department of health. UK Government.s.f.[actualizado 2015; citado 20 octubre 2017]. Disponible en: <http://www.nhs.uk/livewell/5aday/Pages/5ADAYhome.aspx>

EU platform for action on diet, physical activity and health[internet]. European Commission.2005.[actualizado 2017; citado 20 octubre 2017]. Disponible en: http://ec.europa.eu/health/nutrition_physical_activity/platform/index_en.htm

Página de nutrición del gobierno estadounidense.

Nutrition.gov[Internet]. US Department of Agriculture. s.f.[actualizado 2017; citado 20 octubre 2017]. Disponible en: <https://www.nutrition.gov>

Choose my plate.gov.[Internet]. US Department of Agriculture. s.f.[actualizado 2017; citado 20 octubre 2017]. Disponible en: <https://www.choosemyplate.gov/>