

Guía Docente

Modalidad semipresencial

Uso de Herramientas Informáticas para el Diseño y Elaboración de Dietas

Curso 2022/23

Máster Universitario en Nutrición y Dietética en la Actividad Física y la Práctica Deportiva



UCAV

www.ucavila.es

0

Datos descriptivos de la Asignatura

Nombre:	USO DE HERRAMIENTAS INFORMÁTICAS PARA EL DISEÑO Y ELABORACIÓN DE DIETAS
Carácter:	OBLIGATORIO
Código:	20101MU
Curso:	PRIMERO
Duración (Semestral/Anual):	SEMESTRAL
Nº Créditos ECTS:	3
Prerrequisitos:	NINGUNO
Lengua en la que se imparte:	CASTELLANO
Módulo:	PLANIFICACIÓN DIETÉTICO- NUTRICIONAL EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

En el curso 2022/2023, en caso de que las circunstancias sanitarias lleven a un nuevo confinamiento, será de aplicación lo dispuesto en el Anexo de esta Guía para el escenario “**Confinamiento**”.

1

Profesorado

Profesora de la Asignatura: Rosario Pastor Martín

- **Currículo:** Doctora en el área de Nutrición y Ciencias de los Alimentos. Licenciada en Farmacia. Graduada en Nutrición Humana y Dietética.
- **Email:** rosario.pastor@ucavila.es



2.1. COMPETENCIAS BÁSICAS

- (CB6) Poseer y comprender conocimientos que aporten una base u oportunidad de ser originales en el desarrollo y/o aplicación de ideas, a menudo en un contexto de investigación;
- (CB7) Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio
- (CB8) Que los estudiantes sean capaces de integrar conocimientos y enfrentarse a la complejidad de formular juicios a partir de una información que, siendo incompleta o limitada, incluya reflexiones sobre las responsabilidades sociales y éticas vinculadas a la aplicación de sus conocimientos y juicios
- (CB9) Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones -y los conocimientos y razones últimas que las sustentan- a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades
- (CB10) Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida autodirigido o autónomo.

2.2. COMPETENCIAS GENERALES

- CG-1. Que los estudiantes puedan profundizar en la orientación específica de la planificación dietético-nutricional orientada a la mejora del rendimiento físico.
- CG-4. Que los estudiantes puedan desarrollar de forma responsable y autónoma actividades académicas y profesionales, tanto de forma individual como grupal.
- CG-8. Que los estudiantes consoliden habilidades relacionadas con la iniciativa y espíritu emprendedor que les permitan diseñar y poner en marcha en el ámbito

investigador y empresarial proyectos relacionados con la nutrición y la dietética en la actividad física y la práctica deportiva.

- CG-9. Que los estudiantes puedan abordar las estrategias necesarias que les permitan seguir formándose en el campo de la nutrición deportiva y sepan incorporar los avances científicos en este campo a su desempeño profesional.

2.4. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- CE10 - Que los estudiantes conozcan y aprendan el manejo de diferentes herramientas informáticas para el diseño y elaboración de pautas dietético-nutricionales para deportistas.
- CE13 - Que los estudiantes adquieran y apliquen conocimientos que les permitan diseñar e implementar una intervención dietético-nutricional destinada a deportistas no profesionales.
- CE14 - Que los estudiantes adquieran y apliquen conocimientos que les permitan diseñar e implementar una intervención dietético-nutricional destinada a deportistas de disciplinas de fuerza y resistencia para conseguir el máximo rendimiento deportivo.
- CE15 - Que los estudiantes adquieran y apliquen conocimientos que les permitan diseñar e implementar una intervención dietético-nutricional destinada a deportistas profesionales de disciplinas de equipo para conseguir el máximo rendimiento deportivo.
- CE16 - Que los estudiantes integren habilidades que les permitan profundizar en la planificación dietético-nutricional en función de las características individuales y la situación nutricional de los deportistas.

2.5. RESULTADOS DE APRENDIZAJE

- El alumno conocerá las herramientas básicas, los protocolos y la metodología para la programación y valoración de dietas.
- El alumno aprenderá el manejo de las herramientas informáticas para el diseño y planificación de dietas, en el ámbito de la nutrición deportiva.

- El alumno será capaz de seleccionar aquellas herramientas informáticas para el diseño y planificación de dietas que mejor se adaptan al ámbito de la nutrición deportiva.

3

Contenidos de la asignatura

3.1. PROGRAMA

Unidad didáctica 1. Herramientas informáticas para el diseño y elaboración de dietas. Clasificación.

Tema 1.1. Aplicaciones web.

Tema 1.2. Application Programming Interfaces (API) y bases de datos

Unidad didáctica 2. Manejo de hojas de cálculo para el diseño de dietas en deportistas.

Tema 2.1. Diseño de hojas de cálculo para la gestión integral de la planificación dietético-nutricional de deportistas.

Tema 2.2. Diseño y elaboración de dietas para deportistas en hojas de cálculo.

Unidad didáctica 3. Manejo de Software informático para el cálculo de menús y diseño de dietas para deportistas.

Tema 3.1. Manejo de diferentes software para la gestión integral de la planificación dietético-nutricional de deportistas.

3.2. BIBLIOGRAFÍA, RECURSOS Y ENLACES

□ BIBLIOGRAFÍA

- Gil A. Tratado de Nutrición. Nutrición humana en el estado de salud. Tomo IV Madrid: Médica Panamericana; 2017.

- Pastor R, Tur JA (editores). Manual práctico de nutrición y dietética deportiva. Ávila: Universidad Católica. 2018.
- Gross MM (editora). Nutrición deportiva: Desde la fisiología a la práctica. Madrid: Médica Panamericana. 2021.
- Moreiras O, Carbajal A, Cabrera L, Cuadrado C. Tablas de composición de alimentos. Guía de prácticas. 19ª edición. Madrid: Pirámide; 2018.
- Ruiz MD, Artacho R. Guía para estudios dietéticos. Álbum fotográfico de alimentos. Editorial Universidad de Granada. 2010.
- Russolillo G, Marques I. Álbum fotográfico de porciones de alimentos. 2011.
- Martínez JM, Marques I, Sospedra I, Menal S, Norte A (editores). Manual práctico para la elaboración de dietas y menús. Publicaciones Universidad de Alicante. 2019.

□ **RECURSOS:**

- Acceso a todos los libros recomendados en la guía docente de la asignatura a través de la Biblioteca de la Universidad.
- Acceso a los programas informáticos de diseño y calibración de dietas que se manejarán en la asignatura.

Para el escenario “Confinamiento” consultar Anexo.

La asignatura se desarrollará a través de los siguientes métodos y técnicas generales, que se aplicarán diferencialmente según las características propias de la asignatura:

Clases virtuales: el profesor desarrollará los contenidos propios de la asignatura. Las exposiciones del profesor se realizarán mediante emisiones por streaming, quedando las clases grabadas en la plataforma virtual, para que el alumno, dentro de su proceso de aprendizaje pueda visualizarlas tantas veces como crea conveniente.

Actividades en la plataforma virtual: existen posibilidades de realización de foros, test de autoevaluación, ejercicios propuestos con soluciones, ejercicios con entrega y corrección (feedback), consulta de bibliografía, descarga de artículos científicos, consulta de FAQ, vídeos y audios explicativos.

Prácticas de laboratorio: consistirán en la exposición magistral por parte del profesor de una labor experimental conforme a los conocimientos aplicados de la asignatura, desarrollados en los laboratorios e instalaciones de prácticas docentes; los alumnos a continuación realizarán la parte técnica de manera individual o por grupo.

Actividades de evaluación: Cada asignatura tendrá su examen correspondiente que se determinará según la propia naturaleza de la asignatura.

Tutorías: el profesor pone a disposición del alumno o de un grupo reducido de alumnos un tiempo para que puedan plantear dudas o resolver dificultades de aprendizaje.

Estudio autónomo del alumno: tiempo de trabajo personal del alumno en el que estudia la asignatura.



Para el escenario “Confinamiento” consultar Anexo.

La evaluación es un componente fundamental de la formación del alumno. Está compuesta por un examen final escrito y la evaluación continua, que consta de ejercicios y actividades evaluables.

La evaluación de esta asignatura se realiza mediante la media ponderada del examen (50% de la calificación final) y la evaluación continua (con valor del 50%).

- Examen (50 % de la nota final)

La superación de dicho examen constituye un requisito indispensable para la superación de la asignatura. El alumno deberá tener en el examen al menos un 5 para poder realizar la ponderación de notas. El alumno con nota inferior se considerará suspenso. El alumno dispondrá de dos convocatorias de examen por curso académico. No se guardará la nota del examen, si éste estuviera aprobado, para una convocatoria posterior.

- Evaluación continua (50% de la nota final)

En el caso de tener la evaluación continua superada y no aprobar el examen, se guardará su nota hasta la segunda convocatoria de examen perteneciente al curso académico actual.

No se admitirán trabajos fuera de la fecha límite de entrega, que será comunicada al alumno con suficiente antelación. Los trabajos de la evaluación continua que no se presenten se considerarán suspensos con una calificación cualitativa de cero.

EJERCICIOS Y ACTIVIDADES EVALUABLES	PROPORCIÓN
Examen	50%
Prácticas	25%
Trabajos, ejercicios	25%
TOTAL	100%

Criterios de calificación de la evaluación continua

Los criterios para la evaluación de la evaluación continua se presentan en la siguiente tabla, donde se resumen los aspectos a valorar y el porcentaje que representa cada uno de los mismos:

COMPONENTES EVALUABLES	PROPORCIÓN
Contenidos generales	10%
Temas de especialidad	75%
Otras aportaciones	15%
TOTAL	100%

Los criterios para la evaluación de la evaluación continua son los siguientes:

ASPECTO DEL TEXTO	CARACT. POSTIVAS	1	0,7 5	0, 5	0,25	0	CARACT. NEGATIVAS
Estructura (orden lógico)	Bien organizado						Sin orden, índice o esquema
Formato	Adecuado						Inadecuado
Objetivos	Fundamentados y claros						No se especifican
Expresión escrita	Corrección gramatical y ortografía						Incorrección y faltas
Metodología	Bien expuesta						Mal o no se explica
Bibliografía	Se utiliza la necesaria						No hay indicios de ello
Terminología	Adecuado uso						Uso inadecuado
Análisis	Corrección						Incorrección
Interpretación	Rigurosa						Defectuosa o inexistente
Conclusión	Existe, clara y correcta						Confusa, errada o ausente
Argumentación	Coherente y acertada						Afirmaciones poco coherentes

Para el apoyo tutorial, el alumno tendrá a su disposición un equipo docente encargado de acompañar al alumno durante toda su andadura en el proceso formativo, prestando una atención personalizada al alumno. Sus funciones están claramente diferenciadas complementándose al mismo tiempo. Las personas principales de este acompañamiento tutorial son:

- **Orientador Académico Personal:** encargado de planificar al alumno el estudio de la asignatura en función del tiempo disponible, incluso realiza nuevas planificaciones ajustándose a nuevos periodos marcados por el alumno según sus circunstancias personales y familiares. Otra de sus funciones es la de realizar un seguimiento del estudio del alumno, así como de dar al alumno información de carácter general necesaria en su proceso formativo.
- **Profesor docente:** encargado de resolver todas las dudas específicas de la asignatura y de informar al alumno de todas las pautas que debe seguir para realizar el estudio de la asignatura.

El alumno dispondrá de un horario de tutorías para contactar con estas figuras durante toda su formación académica. La información sobre el horario la encontrará el alumno en la plataforma virtual.

Horario de tutorías de la asignatura: En relación a los horarios de atención en tutorías para consultas, aclaración de dudas, revisiones de trabajos y exámenes, etc., el profesor informará en la plataforma Blackboard de las franjas en las que tenga disponibilidad, pudiendo variar de un cuatrimestre a otro y también durante los meses de verano. Todo ello será informado oportunamente y con suficiente antelación a través del Campus Virtual.

Herramientas para la atención tutorial: Plataforma Blackboard, atención telefónica.

7

Horario de la asignatura y Calendario de temas

Horario de la asignatura: El alumno deberá consultar los horarios de clases de la asignatura en el apartado correspondiente dentro de la página web de la UCAV: www.ucavila.es. Igualmente, se informará de ellos en la Plataforma Blackboard.

El peso de cada unidad formativa dentro de cada asignatura queda determinado en el cronograma por el tiempo dedicado a la misma. El alumno deberá acometer el estudio marcado por la herramienta de planificación utilizada en el campus virtual, después de la planificación realizada con su tutor. A continuación, se muestra una tabla con las unidades didácticas que componen la asignatura y las unidades de tiempo que se requieren para su estudio.

UNIDADES DIDÁCTICAS	UNIDAD DE TIEMPO	HORAS DEDICACIÓN
Unidad 1	28	21 HORAS
Unidad 2	34,7	26 HORAS
Unidad 3	37,3	28 HORAS
TOTAL	100	75

El plan de trabajo y las semanas son orientativos, pudiendo variar ligeramente, dependiendo de la evolución del alumno durante las distintas sesiones.

ANEXO

Escenario CONFINAMIENTO

1

Medidas de adaptación de la metodología docente

La metodología docente a seguir en esta asignatura, para el escenario “Confinamiento” se desarrollará a través de los siguientes métodos y técnicas:

- CLASES VIRTUALES SINCRÓNICAS con participación activa de los alumnos EN TIEMPO REAL Y QUE QUEDAN GRABADAS EN LA PLATAFORMA A DISPOSICIÓN DE LOS ALUMNOS.
- **Prácticas de laboratorio:** si no fuera posible hacerlas de forma presencial, se le proporcionará al alumno el material necesario (grabaciones en la plataforma, material impreso, etc.), para que pueda adquirir las competencias necesarias.

Se mantendrán todas las demás metodologías docentes contempladas en la GD normal, redactada previamente.

2

Medidas de adaptación de la EVALUACIÓN

La Evaluación no sufrirá ningún cambio y se seguirá lo dispuesto en la Guía docente de la asignatura.