

Desarrollo  
profesional y personal

6 créditos

Curso académico 2014-2015

Nutrición y Dietética: planificación alimentaria

del 9 de enero al 30 de junio de 2015

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

## Convocatoria actual

Existe una convocatoria de este curso en el último curso académico publicitado.

Periodo de matriculación:

Del 7 de septiembre al 12 de diciembre de 2023.

Periodo de docencia:

Del 19 de enero al 21 de junio de 2024.

Puede acceder a ella a través de este [enlace](#).

## PROGRAMA DE DESARROLLO PROFESIONAL Y PERSONAL

El Programa de Desarrollo Profesional y Personal y el Programa de Enseñanza Abierta 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.

Diploma de Capacitación Profesional: tendrán un mínimo de 15 ECTS.

Certificado de Enseñanza Abierta con menos de 15 ECTS.

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

## 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.

## 2. Contenidos

1. Alimentación y nutrición. Importancia de los alimentos en la salud y en la enfermedad. Problemas de salud relacionados con la dieta.
2. Nutrición. Estudio de los distintos nutrientes.
3. Metabolismo energético. Cálculo de necesidades. Calorimetría. Fórmulas. Los alimentos. Grupos.
4. Físicoquímica y tecnología culinaria. Modificaciones de los alimentos por el calor. Cocción. Emulsiones. Ramificación. Acciones del calor sobre los nutrientes. Importancia de una dieta equilibrada en la salud.
5. Alimentación en las distintas etapas de la vida. Necesidades nutricionales.
6. Higiene alimentaria. Intoxicaciones alimentarias. Aditivos.
7. Dietoterapia: aspectos generales.
8. Diseño y planificación de dietas saludables.
9. Como elaborar una dieta. Pautas.
10. Instrumentos para la elaboración de dietas a la población para distintas situaciones y patologías.

## 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 en jornada de mañana de 9 a 15 horas.

## 4. Nivel del curso

Iniciación

## 5. Duración y dedicación

Duración: del viernes 9 de enero al martes 30 de junio de 2015.

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

### Nutrición y dietética. Manual de alimentación saludable

**Autores** Boticario Boticario, Consuelo; Calvo Bruzos, Socorro Coral;  
López Nomdedeu, Consuelo; Nájera Morrondo, María del Pilar

**Editorial** UNED

**Edición** 2005

**Precio aproximado** 25,48€

**ISBN** 9788436242300

## 7.2 Material remitido por el equipo docente

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

## 7.3 Otros Materiales

El alumno podrá adquirir en la librería de la UNED 91.398.74.57 / 58 y 91.398.75.60 - Calle Bravo Murillo, 38 - 28015 Madrid, el siguiente material:

DVD: "Dieta saludable: dieta mediterránea". Editado por la UNED. Código 0150148DV01A01 (precio aproximado 6,50 euros).

DVD: " La dieta en la edad escolar ". Editado por la UNED. Código 0150149DV01A01 (precio aproximado 7 euros).

CD - Guía de alimentación y salud (UNED 2010) Código 0150005CD01A01 (precio aproximado 3,50 euros)

## 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 ó cboticario@ccia.uned.es ó mviejobueno@pas.uned.es

www.uned.es/pea-nutricion-y-dietetica-l

## 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 del curso

Precio de matrícula: 250,00 €.

Precio del material: 25,48 €.

## 11. Descuentos

### 11.1 Ayudas al estudio y descuentos

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

Debe hacer la solicitud de matrícula marcando la opción correspondiente, y posteriormente enviar la documentación al correo: [ea@adm.uned.es](mailto:ea@adm.uned.es).

## 12. Matriculación

Del 8 de septiembre al 18 de diciembre de 2014.

Atención administrativa:

Cursos de Certificado de Enseñanza Abierta

[ea@adm.uned.es](mailto: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.