NUTRICIÓN PÚBLICA, DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA (2017-18)

DATOS GENERALES

Código 36211

Créditos ECTS 3

Departamentos y áreas

Departamento	Área	Dpt. Resp.	Dpt. Acta
ENFERMERIA	ENFERMERIA		
ENF COM, MED PREV Y SAL PUB E HIS CIEN	MEDICINA PREVENTIVA Y SALUD PUBLICA	SÍ	SÍ

Estudios en que se imparte

MÁSTER UNIVERSITARIO EN NUTRICIÓN Y ALIMENTACIÓN

Contexto de la asignatura

La promoción de la salud es una estrategias de la nutrición-pública, vinculadas con estilos de vida saludables y con factores que condicionan el consumo de alimentos y, el gasto de energía. La actividad-física es un factor protector de la ganancia de peso y de padecer enfermedades crónicas.

La práctica semanal moderada de actividad física contribuye a reducir la morbilidad entre 30% y 50%. Estudios realizados en diferentes países europeos muestran que la práctica de actividad-física y la deportiva es baja. La relación entre nutrición y actividad-física aún hay por investigar y, por ello es necesario que los profesionales desde diferentes campos colaboren conjuntamente en buscar explicaciones de interacciones y efectos en la salud de los individuos, como la población deportiva.

En cada deporte y deportista, existe un conjunto particular de necesidades y objetivos dietético.nutricionales para la mejora del rendimiento deportivo. Se destacan una serie de factores que determinan el estado nutricional tales como la composición corporal, doping, nutrición, dieta y ayudas ergonutricionales. Los deportistas son una población que realiza un gran consumo de suplementos alimentarios y constituyen el principal objetivo de la industria que los produce. Desde el supermercado, tiendas de deportes, internet, entre otros, se puede acceder a un importante número de productos que afirman prolongar la resistencia, acelerar la recuperación, reducir la grasa corporal, disminuir los riesgos de enfermedad o lograr objetivos que mejoran el rendimiento deportivo. Todo ello conlleva a pensar que, estas ayudas pueden ser potencialmente peligrosas para la salud, basando sus beneficios, en un escaso o nulo apoyo científico. Además de la necesidad de conocer los beneficios que puedan otorgar, protocolo y cantidad a tomar.

OBJETIVOS

Objetivos específicos aportados por el profesorado (2017-18)

- Reconocer la relevancia de la actividad física en el campo de la nutrición pública.

- Introducir al estudiante con elementos claves legislativos relacionados con planes de acción de la actividad física como en los productos dietéticos adaptados a deportistas y su nivel de evidencia.

- Analizar las principales ayudas ergonutricionales utilizados en la practica deportiva.

CONTENIDOS

Contenidos teóricos y prácticos (2017-18)

1. Análisis de diferentes programas de intervención en nutrición y actividad física.

2. Planes y programas de promoción de actividad física y deporte.

3. Avances en alimentos y suplementos dirigidos al deportista, comunicación y regulación.

4. Índices antropométricos relacionados con el rendimiento deportivo.

5. Dietoterapia deportiva.

EVALUACIÓN

Instrumentos y criterios de Evaluación 2017-18

La evaluación se realizará mediante un sistema mixto de evaluación continua y de prueba teórica.

Es necesario obtener una calificación igual o superior a 5 sobre 10 en la nota final para aprobar la asignatura. Si no es así, la asignatura estará suspendida.

Es necesario obtener una calificación igual o superior a 4 sobre 10 en el examen teórico para que pueda ponderar con las prácticas, el trabajo no presencial en la nota final.

La asistencia a la práctica de problemas es obligatoria. Se considerará que el estudiante ha cumplido con el requisito siempre que no falte, de forma justificada, a más del 20% de las horas de prácticas. Esta es una actividad no recuperable.

El cálculo del 100% de la nota de la asignatura se obtiene de la siguiente forma:

- Actividades teórico-prácticas de evaluación continuada (60% de la nota global). Esta evaluación se dividirá en un 30% para el seguimiento continuado de la práctica de problemas (PP) y, otro 30% que se obtendrá mediante la entrega de las actividades no-presenciales.

- Examen teórico final (40% de la nota global). Consiste en un examen con preguntas de elección múltiple de cuatro alternativas de respuesta y/o con preguntas cortas de desarrollo.

Tipo	Criterio	Descripción	Ponderación
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN DURANTE EL SEMESTRE	Entregar a tiempo las actividades no-presenciales propuestas tanto en la parte de teoría presencial, como en la online.	Entrega de las actividades no-presenciales	30
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN DURANTE EL SEMESTRE	Consiste en un examen con preguntas de elección múltiple de cuatro alternativas de respuesta y/o con preguntas cortas de desarrollo. El examen es recuperable en la segunda convocatoria.	Examen escrito	40
ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN DURANTE EL SEMESTRE	Asistencia obligatoria no recuperable. Entrega de la actividades propuestas.	Evaluaciones en el seguimiento de práctica de problemas	30