

**PROGRAMACIÓN DOCENTE**  
**COMER CON CIENCIA**

**curso 2019-20**

**ESQUEMA XERAL**

- i. Datos descritivos da materia
- ii. Contexto da materia
- iii. Obxectivos xerais
- iv. Adquisición de destrezas e habilidades
- v. Volume de traballo
- vi. Distribución de contidos: teóricos e prácticos
- vii. Metodoloxía docente
- viii. Avaliación da aprendizaxe
- ix. Observacións

**I.- DATOS DESCRIPTIVOS DA MATERIA.**

Nome da materia	Comer con <Ciencia
Código	IV10503
Curso	1
Créditos Totais	15
Horas totais de traballo da/o estudante	15
Cuadrimestre (especificar 1º/2º)	segundo

**I.1. Profesora/Profesor:**

Profesor/a	Créditos (especificar A, P ou V)	Horario titorías	Lugar de Impartición	Lingua
Julia De la Montaña Miguélez	A	Luns e martes de 10-13h	Despacho 101. Edf.Politécnico	Castelá

A = aula P = laboratorio V = viaxe de estudos

**I. 2. Coñecementos previos aconsellados para cursar a materia, se procede:**

**Teóricos:**

**Prácticos:**

**Observacións:**

**II.- ENCADRAMENTO DA MATERIA NO CICLO INTENSIVO**

•

**III.- OBXECTIVOS XERAIS**

- Que o alumno teña unha visión global dos avances da ciencia que se han incorporado o mundo da alimentación
- Que o alumno coñeza as propiedades saudables dalgúns alimentos
- Coñecer a relación directa entre alimentación e saúde

**IV.- ADQUISICIÓN DE DESTREZAS E HABILIDADES**

Esperase dos alumnos que:

- Adquiran os coñecementos acerca dos alimentos o que lles permitirá exercer o seu papel de consumidor dunha maneira mais crítica

**V.- VOLUME DE TRABALLO**

Técnica	Horas presenciais aula	Horas presenciais fora da aula	Factor de traballo do alumno	Horas de traballo persoal do alumno	Horas totais do alumno	Créditos
Clase maxistral	15					1.5
Prácticas						
Viaxe de estudos						
Probas de avaliación						
<b>Total</b>	15					1.5

**VI.- DISTRIBUCIÓN DE CONTIDOS**

**Programa teórico**

Tema	Contidos	Duración
1	Alimentos funcionais: Definición. Clasificación. Características xerais de cada grupo	
2	Antioxidantes: Definición. Antioxidantes nutricionales e no nutricionales. Características xerais de cada grupo	
3	Antinutrientes: Definición. Antinutrientes en alimentos de orixe animal e vexetal. Características e sustancias representativas de cada un dos grupos	

**Programa práctico (se o houbera)**

Tema	Actividades a desenvolver	Duración
1		
2		

**Viaxes de estudo (se as houbera)**

Tema	Actividades a desenvolver	Duración
1		

**Bibliografía básica**

Mataix, J., Aranceta, J. 2002 “Nutrición y Alimentación humana. I. Nutrientes y alimentos”. Mataix, J. (ed.) ERGON. Madrid.

-Mataix Verdú, J.; Carazo Marín, E. Nutrición para educadores. 2º Ed. Díaz de Santos. 2005  
-Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. Guías Alimentarias para la población Española: recomendaciones para una dieta saludable. 2001.

-Vázquez, C., de Cos, A.I., López-Nomdedem, C. 2005. “Alimentación y Nutrición. Manual teórico-práctico”. Díaz de Santos. Madrid.

-Gordon M. Wardlaw. 2008. “Perspectivas sobre nutrición. Ed. Paidotribo. Badalona.

**Bibliografía complementaria****VII.- METODOLOGÍA DOCENTE**

**Clases** Exposición en sesións dunha hora dos contidos da materia utilizando medios audiovisuais

**Prácticas (se procede)**

**Viaxes de estudo (se procede)**

**VIII.- AVALIACIÓN DA APRENDIZAXE**

- Continua téndose en conta tanto a asistencia as clases como a participación nas mesmas. Contemplase a posibilidade dun exame final para mellora-la nota

**IX.- OBSERVACIÓNS**