



## DATOS IDENTIFICATIVOS

### Comer con ciencia

|                       |                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |       |              |
|-----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|--------------|
| Materia               | Comer con ciencia                                                                                                                                                                                                                                                   |        |       |              |
| Código                | O81P031V02106                                                                                                                                                                                                                                                       |        |       |              |
| Titulación            | Ourense - Universitario en Cultura e Sociedade                                                                                                                                                                                                                      |        |       |              |
| Descritores           | Creditos ECTS                                                                                                                                                                                                                                                       | Sinale | Curso | Cuadrimestre |
|                       | 1.5                                                                                                                                                                                                                                                                 | OP     | 2     | 2c           |
| Lingua de impartición | Castelán                                                                                                                                                                                                                                                            |        |       |              |
| Departamento          |                                                                                                                                                                                                                                                                     |        |       |              |
| Coordinador/a         | López Reyes, Marisol                                                                                                                                                                                                                                                |        |       |              |
| Profesorado           | López Reyes, Marisol                                                                                                                                                                                                                                                |        |       |              |
| Correo-e              | marisol.lopez@globalnp.com                                                                                                                                                                                                                                          |        |       |              |
| Web                   | <a href="http://https://moovi.uvigo.gal">http://https://moovi.uvigo.gal</a>                                                                                                                                                                                         |        |       |              |
| Descrición xeral      | O obxectivo desta materia é conseguir que o alumnado teña una visión global dos avances da ciencia que se han incorporado o mundo da alimentación, que o alumnado coñeza as propiedades saudables dalgúns alimentos e a relación directa entre alimentación e saúde |        |       |              |

## Competencias

|        |  |
|--------|--|
| Código |  |
|--------|--|

## Contidos

|                                                                   |                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tema                                                              |                                                                                                                                                |
| Tema 1: Alimentos funcionais.                                     | Definicións.<br>Clasificación.<br>Características xerais de cada grupo.                                                                        |
| Tema 2. Antioxidantes.                                            | Definicións.<br>Antioxidantes nutricionais e no nutricionais.<br>Características xerais de cada grupo.                                         |
| Tema 3. Antinutrientes                                            | Definicións.<br>Antinutrientes en alimentos de orixe animal e vexetal.<br>Características e sustancias representativas de cada un dos grupos.  |
| Tema 4. Directrices dietéticas, consumo e etiquetaxe alimentario. | Necesidades de nutrientes.<br>Propiedades organolépticas dos alimentos.(Análises sensorial)<br>Etiquetaxe e táboas de información nutricional. |

## Planificación

|                   | Horas na aula | Horas fóra da aula | Horas totais |
|-------------------|---------------|--------------------|--------------|
| Lección maxistral | 10            | 14                 | 24           |
| Estudo de casos   | 3             | 6                  | 9            |
| Saídas de estudo  | 2             | 0                  | 2            |
| Traballo          | 0             | 2.5                | 2.5          |

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientador, considerando a heteroxeneidade do alumnado.

## Metodoloxía docente

|                   |                                                                                                                                                                                  |
|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                   | Descrición                                                                                                                                                                       |
| Lección maxistral | Exposición por parte do profesor/a dos contidos sobre a materia obxecto de estudo, bases teóricas e/ou directrices dun traballo, exercicio que o/a estudante ten que desenvolver |

|                  |                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Estudo de casos  | Análise dun feito, problema ou suceso real coa finalidade de coñecelo, interpretalo, resolvelo, xerar hipóteses, contrastar datos, reflexionar, completar coñecementos, diagnosticalo e adestrarse en procedementos alternativos de solución. |
| Saídas de estudo | Visita a centro tecnolóxico de alimentos e participación en Obradoiro Test Sensorial para avaliar as diferentes propiedades, características ou atributos dun produto alimentario.                                                            |

### Atención personalizada

| Metodoloxías      | Descrición                                                                                                                                                   |
|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Lección maxistral | Atenderanse e resolverán dúbidas do alumnado respecto dos contidos, actividades e/ou exercicios que se propuxeron para adquirir as competencias perseguidas. |
| Estudo de casos   | Atenderanse e resolverán dúbidas do alumnado respecto dos contidos, actividades e/ou exercicios que se propuxeron para adquirir as competencias perseguidas  |
| Saídas de estudo  | Atenderanse e resolverán dúbidas do alumnado respecto dos contidos, actividades e/ou exercicios que se propuxeron para adquirir as competencias perseguidas  |

### Avaliación

| Descrición                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Cualificación | Resultados de Formación e Aprendizaxe |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|---------------------------------------|
| Lección maxistralA avaliación da materia se baseará na avaliación continua (participación activa nas clases, comentarios de artigos, posta en común de opinións, etc.). Ademais, os alumnos poderán presentar un traballo en grupo ou individualmente sobre contidos da materia, para a súa defensa e posterior debate en clase.Será necesario a asistencia a mais dun 80 % das clases para obter o aprobado na materia.O/A estudante, de maneira individual ou en grupo, elabora un documento sobre a temática da materia ou prepara seminarios, investigacións, memorias, ensaios, resumos de lecturas, conferencias etc. | 80            |                                       |
| Saídas de estudoAvaliación da asistencia e participación do/a alumno no obradoiro no Centro Tecnolóxico.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 20            |                                       |

### Outros comentarios sobre a Avaliación

### Bibliografía. Fontes de información

#### Bibliografía Básica

- Mataix, J., Aranceta, J., **Nutrición y Alimentación humana. I. Nutrientes y alimentos**, Última edición, Ergon, 2015
- Mataix Verdú, J.; Carazo Marín, E., **Nutrición para educadores.**, Última edición, Díaz de Santos, 1995
- Gordon M. Wardlaw, **Perspectivas sobre nutrición**, Última edición, Paidotribo, 2008
- Vázquez, C., de Cos, A.I., López-Nomdedem, C., **Alimentación y Nutrición. Manual teórico-práctico**, Última edición, Díaz de Santos, 2013
- SENC, **Guías alimentarias para la población española. La nueva pirámide de la alimentación saludable.**, Última edición, Nutrición Hospitalaria Volumen 33. Suplemento 8. 1, 2016
- Aranceta, J. y Gil., **Alimentos funcionales.**, Última edición, Médica Panamericana, 2010
- Finut 02, **Papel de los cereales de grano entero en la salud.**, Última edición, FINUT 02, 2020

#### Bibliografía Complementaria

- Krause, M., **Dietoterapia**, Última edición, Elsevier, 2020
- Anand Sharma., **A review on traditional technology and safety challenges with regard to antinutrients in legume foods.**, Última edición, J Food Sci Technol., 2020

### Recomendacións

### Plan de Continxencias