



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	http://https://moovi.uvigo.gal			
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. Clasificación. Características xerais de cada grupo.
Tema 2. Antioxidantes.	Definicións. Antioxidantes nutricionais e no nutricionais. Características xerais de cada grupo.
Tema 3. Antinutrientes	Definicións. Antinutrientes en alimentos de orixe animal e vexetal. Características e sustancias representativas de cada un dos grupos.
Tema 4. Directrices dietéticas, consumo e etiquetaxe alimentario.	Necesidades de nutrientes. Propiedades organolépticas dos alimentos.(Análises sensorial) 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