



Información de la asignatura

Titulación: Grado en Nutrición Humana y Dietética

Facultad: Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud

Código: 1312004 **Nombre:** Promoción y Programas de Estilos de Vida Saludables

Créditos: 6,00 **ECTS** **Curso:** 4 **Semestre:** 1

Módulo: Módulo Optatividad

Materia: Promoción y Programas de Estilos de Vida Saludables **Carácter:** Optativa

Departamento: Nutrición

Tipo de enseñanza: Presencial

Lengua/-s en las que se imparte: Castellano

Profesorado:



Organización del módulo

Módulo Optatividad

Materia	ECTS	Asignatura	ECTS	Curso/semestre
TICs	6,00	TICs	6,00	4/1
Atención en la Salud de la Comunidad	6,00	Atención en la Salud de la Comunidad	6,00	Esta optativa no se oferta en el curso académico 23/24
Alimentos Funcionales y Nutraceuticos	6,00	Alimentos Funcionales y Nutraceuticos	6,00	4/1
Microbiología alimentaria	6,00	Microbiología Alimentaria	6,00	4/1
Promoción y Programas de Estilos de Vida Saludables	6,00	Promoción y Programas de Estilos de Vida Saludables	6,00	4/1

Resultados de aprendizaje

Al finalizar la asignatura, el estudiante deberá demostrar haber adquirido los siguientes resultados de aprendizaje:

- R1 Resolver problemas relacionados a los contenidos del curso utilizando diferentes recursos.
- R2 Comprender y utilizar adecuadamente el lenguaje, así como una correcta redacción y presentación de datos.
- R3 Colaborar con el profesor y los compañeros a lo largo del proceso de aprendizaje: asistencia a sesiones teóricas, prácticas o de tutorización; trabajo en equipo; respeto en el trato; cumplimiento de las normas de organización de la asignatura en beneficio de todos.



Competencias

En función de los resultados de aprendizaje de la asignatura las competencias a las que contribuye son: (valora de 1 a 4 siendo 4 la puntuación más alta)

BÁSICAS		Ponderación			
		1	2	3	4
CB2	Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.			X	
CB4	Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.			X	

GENERALES		Ponderación			
		1	2	3	4
CG07	Tener la capacidad de elaborar informes y cumplimentar registros relativos a la intervención profesional del Dietista- Nutricionista.			X	
CG20	Conocer e intervenir en el diseño, realización y validación de estudios epidemiológicos nutricionales, así como participar en la planificación, análisis y evaluación de programas de intervención en alimentación y nutrición en distintos ámbitos.			X	
CG21	Ser capaz de participar en actividades de promoción de la salud y prevención de trastornos y enfermedades relacionadas con la nutrición y los estilos de vida, llevando a cabo la educación alimentaria- nutricional de la población.			X	
CG22	Colaborar en la planificación y desarrollo de políticas en materia de alimentación, nutrición y seguridad alimentaria basadas en las necesidades de la población y la protección de la salud.		X		

ESPECÍFICAS		Ponderación			
		1	2	3	4



CE50	Diseñar y realizar valoraciones nutricionales para identificar las necesidades de la población en términos de alimentación y nutrición, así como identificar los determinantes de salud nutricional.				X
CE52	Colaborar en la planificación de políticas alimentarias-nutricionales para la educación alimentaria y nutricional de la población.			X	
CE53	Adquirir la capacidad para intervenir en proyectos de promoción, prevención y protección con un enfoque comunitario y de salud pública.				X



Sistema de evaluación de la adquisición de las competencias y sistema de calificaciones

Resultados de aprendizaje evaluados	Porcentaje otorgado	Instrumento de evaluación
R1, R2	60,00%	Evaluación escrita de los conocimientos y habilidades obtenidos. Dicha prueba puede constar de una serie de preguntas abiertas o bien tipo test sobre el contenido teórico de la materia y/o ejercicios prácticos (resolución de problemas).
R2, R3	40,00%	Evaluación de prácticas o actividades individuales o en grupo, en las que se deba buscar y estructurar información relacionada con cada una de las materias, resolver casos o problemas. Ello se realiza mediante un sistema de evaluación continuo a lo largo del curso, que implica la entrega y/o exposición de trabajos, cuyos objetivos y contenidos serán propuestos por el profesor.

Observaciones

Observaciones: La nota mínima de cada apartado de evaluación para poder hacer media en la nota final de la asignatura será de 4,5 puntos. La media final para aprobar la asignatura será de 5 puntos. En el caso de que por una sanción, una de las partes esté suspensa, independientemente de que la media de todas las partes restantes resulte aprobada sobre 5, al alumno se le adjudicará una nota máxima de 4,5 puntos.

Criterios para la concesión de Matrícula de Honor:

Según el artículo 22 de la Normativa Reguladora de la Evaluación y Calificación de las Asignaturas de la UCV, la mención de "Matrícula de Honor" podrá ser otorgada por el profesor responsable de la asignatura a estudiantes que hayan obtenido la calificación de "Sobresaliente". El número de menciones de "Matrícula de Honor" que se pueden otorgar no podrá exceder del cinco por ciento de los alumnos incluidos en la misma acta oficial, salvo que éste sea inferior a 20, en cuyo caso se podrá conceder una sola "Matrícula de Honor".



CRITERIOS PARA LA CONCESIÓN DE MATRÍCULA DE HONOR:

Según el artículo 22 de la Normativa Reguladora de la Evaluación y Calificación de las Asignaturas de la UCV, la mención de "Matrícula de Honor" podrá ser otorgada por el profesor responsable de la asignatura a estudiantes que hayan obtenido la calificación de "Sobresaliente". El número de menciones de "Matrícula de Honor" que se pueden otorgar no podrá exceder del cinco por ciento de los alumnos incluidos en la misma acta oficial, salvo que éste sea inferior a 20, en cuyo caso se podrá conceder una sola "Matrícula de Honor".

Actividades formativas

Las metodologías que emplearemos para que los alumnos alcancen los resultados de aprendizaje de la asignatura serán:

- M1 Exposición de contenidos por parte del profesor, análisis de competencias, explicación y demostración de capacidades, habilidades y conocimientos en el aula. Se tendrá el apoyo de la pizarra, el ordenador y el cañón para la exposición de textos, gráficos, etc.
- M2 Resolución de ejercicios prácticos y estudio de casos, análisis de los procedimientos de evaluación e intervención procesal. Todo ello con apoyo del profesor. Este aspecto es susceptible de ser controlado mediante la asistencia y la participación activa en las sesiones prácticas.
- M5 Estudio del alumno: preparación individual de lecturas, ensayos, resolución de problemas, seminarios, trabajos, memorias, etc. para su discusión o entrega en formato electrónico.
- M6 Aplicación y puesta en común de conocimientos multidisciplinares. Se trata de la resolución de un problema que en su práctica profesional posterior requeriría la aplicación de competencias adquiridas a través del desarrollo de los módulos y que produzca sinergias en la asimilación de las competencias transversales y específicas. Se evaluarán las competencias de trabajo grupal específicamente.
- M7 Atención personalizada y en pequeño grupo. Período de instrucción y/o orientación realizado por un tutor con el objetivo de revisar y discutir los materiales y temas presentados en las clases, seminarios, lecturas, realización de trabajos, etc. Se evaluará la asistencia del alumno y su nivel de desarrollo paulatino en el conocimiento de las materias.
- M8 Conjunto de pruebas, escritas u orales, empleadas en la evaluación del alumno.
- M9 Preparación en grupo de lecturas, ensayos, resolución de problemas, seminarios, trabajos, memorias, etc... para su discusión o entrega.



ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO PRESENCIAL

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
CLASES TEÓRICAS M1	R3	31,00	1,24
CLASES PRÁCTICAS M2	R1	15,00	0,60
EXPOSICIÓN DE TRABAJO EN GRUPO M9	R2, R3	6,00	0,24
TUTORÍAS M7	R3	4,00	0,16
EVALUACIÓN M8	R1, R2	4,00	0,16
TOTAL		60,00	2,40

ACTIVIDADES FORMATIVAS DE TRABAJO AUTÓNOMO

	RESULTADOS DE APRENDIZAJE	HORAS	ECTS
TRABAJO AUTÓNOMO INDIVIDUAL M5	R2	70,00	2,80
TRABAJO AUTÓNOMO EN GRUPO M9	R3	20,00	0,80
TOTAL		90,00	3,60



Descripción de los contenidos

Descripción de contenidos necesarios para la adquisición de los resultados de aprendizaje.

Contenidos teóricos:

Bloque de contenido	Contenidos
I. INTRODUCCIÓN CONCEPTUAL A LOS ESTILOS DE VIDA Y SALUD. EVOLUCIÓN HISTÓRICA DEL CONCEPTO DE ESTILO DE VIDA.	·Concepto de EVS (conductas de salud. Conductas de riesgo) ·Evolución histórica del concepto de salud (aportaciones conceptuales clásicas: Marx, Veblen, Weber, Adler). ·Concepto de EV a partir del s. XX.
II. MODELOS EXPLICATIVOS DEL ESTILO DE VIDA SALUDABLE	·Teorías sobre la socialización (Teoría Ecológica del Desarrollo de Bronfenbrenner, Mendoza, Teoría de campo de Kurt Lewin, Interaccionismo simbólico, George Herbert Mead, Teoría del Aprendizaje Social de Bandura) ·Modelos sociocognitivos (Teoría de la acción razonada, teoría de la autoeficacia, teoría de control de la salud, modelo de creencias sobre la salud, teoría de la motivación de protección, modelo de promoción de la salud, teoría de la conducta problema)
III. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN: EDUCACIÓN PARA LA SALUD	Experiencias en el territorio español dentro del ámbito del ejercicio físico y la salud: ·La experiencia de Euskadi: PROGRAMA COMUNITARIO IRUNSASOI ·La experiencia de Extremadura: EL EJERCICIO TE CUIDA ·La experiencia de Baleares ·La experiencia de Cataluña (PAFES): Programa Nereo, Programa "Escales", Programa "Caminem"
IV. CONDUCTAS RELACIONADAS CON LA SALUD. DATOS EPIDEMIOLÓGICOS, DETERMINANTES E INTERVENCIÓN	·Consumo de alcohol ·Consumo de tabaco ·Consumo de otras drogas ·Conductas de riesgo y seguridad vial ·Hábitos alimenticios ·Actividad física ·Otras (seguridad vial, hábitos de descanso)



Organización temporal del aprendizaje:

Bloque de contenido	Nº Sesiones	Horas
I. INTRODUCCIÓN CONCEPTUAL A LOS ESTILOS DE VIDA Y SALUD. EVOLUCIÓN HISTÓRICA DEL CONCEPTO DE ESTILO DE VIDA.	4,00	8,00
II. MODELOS EXPLICATIVOS DEL ESTILO DE VIDA SALUDABLE	9,00	18,00
III. ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN: EDUCACIÓN PARA LA SALUD	8,00	16,00
IV. CONDUCTAS RELACIONADAS CON LA SALUD. DATOS EPIDEMIOLÓGICOS, DETERMINANTES E INTERVENCIÓN	9,00	18,00

Referencias

BIBLIOGRAFÍA GENERAL: Balaguer, I. (2002). Estilos de vida en la adolescencia. Valencia: Promolibro. Blasco, T. (1994). Actividad física y salud. Barcelona: Martínez Roca. Pastor, Y., Balaguer, I., & García Merita, M.L. (1999). Estilo de vida y salud. Valencia: Albatros. Rodríguez Marín, J. (1995). Psicología social de la salud. Madrid: Editorial Síntesis

BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA: Costa, M., & López, E. (1996). Educación para la salud. Una estrategia para cambiar los estilos de vida. Madrid: Ediciones Pirámide. Bandura, A. (1997). Self efficacy: the exercise of control. New York: Freeman. Sheeran, P. & Abraham, C. (1995). The Health Belief Model. En M. Conner y P. Norman (Eds), Predicting health behavior (pp. 23-61). Brckingham: Open University Press. Van den Putte, H. (1993). On the theory of reasoned action. Unpublished doctoral disertation, University of Amsterdam.