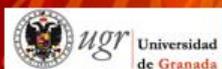


GUIA DOCENTE DE LA ASIGNATURA

## NOMBRE DE LA ASIGNATURA

MÓDULO	MATERIA	CURSO	SEMESTRE	CRÉDITOS	TIPO
Módulo optativo I: actividad física y calidad de vida	Salud y nutrición: Evaluación del estado nutricional. Programación	1º	2º	3	Optativa
<b>PROFESORES)</b>		<b>DIRECCIÓN COMPLETA DE CONTACTO PARA TUTORÍAS (Dirección postal, teléfono, correo electrónico, etc.)</b>			
Cristina Sánchez González*: 1 crédito Juan Llopis González*: 1 crédito Manuel Delgado Fernández^: 1 crédito		<p>*Departamento de Fisiología. Facultad de Farmacia. Universidad de Granada. Campus de Cartuja, s/n. 18071.</p> <p>^Dpto. Educación Física y Deportiva, Facultad de Ciencias del Deporte. Ctra Alfacar, s/n, 18012 Granada.</p> <p>Teléfonos: 958240745 Cristina, 958246676 (Juan), 958 244375 (Manuel) E-mail: <a href="mailto:crissg@ugr.es">crissg@ugr.es</a>; <a href="mailto:jllopis@ugr.es">jllopis@ugr.es</a>; <a href="mailto:manueldf@ugr.es">manueldf@ugr.es</a></p>			
		<b>HORARIO DE TUTORÍAS</b>			
		<p>Cristina Sánchez González y Juan Llopis González: Lunes 09-15h en Dpto. Fisiología. Facultad de Farmacia</p> <p>Manuel Delgado: lunes 9-11 y miércoles de 9-11 y 12-14 h. Dpto Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte.</p>			
<b>GRADO EN EL QUE SE IMPARTE</b>		<b>OTROS GRADOS A LOS QUE SE PODRÍA OFERTAR</b>			
Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte		Educación primaria, Educación Infantil, Educación social, Medicina, Farmacia, Nutrición y Dietética, Enfermería, Fisioterapia, Psicología, Terapia ocupacional			
<b>PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES (Si ha lugar)</b>					

POSGRADOS



Investigación en Actividad Física y Deporte

<http://posgrados.ugr.es/MasterActividadFisicaDeporte/>

MÁSTER OFICIAL

Tener cursado el módulo obligatorio “Bases generales de la investigación”
<b>BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (SEGÚN MEMORIA DE VERIFICACIÓN DEL GRADO)</b>
Transmitir los conocimientos básicos sobre la importancia de la valoración del estado nutricional y nivel de actividad física de individuos y poblaciones y de los métodos utilizados en dicha valoración, dirigido a la búsqueda de estados de malnutrición.
<b>COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS</b>
<p>Competencias generales: CG1, CG2, CG3, CG10</p> <p>Competencias específicas:</p> <p>5. Adquirir conocimientos y dominar el manejo de tecnologías, equipamientos y procedimientos científicos del campo de estudio y de campos afines.</p> <p>6. Analizar, interpretar, valorar, discutir y comunicar los datos procedentes de un estudio de investigación.</p> <p>9. Ser capaz de realizar la defensa pública de un trabajo de investigación de forma rigurosa.</p>
<b>OBJETIVOS (EXPRESADOS COMO RESULTADOS DE APRENDIZAJE)</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Adquirir conocimientos básicos sobre la valoración del estado nutricional y el nivel de actividad física.</li> <li>2. Conocer las técnicas más comunes de valorar el estado nutricional y el nivel de actividad física aplicables a individuos y poblaciones</li> <li>3. Adquirir conocimientos para diseñar estudios de valoración del estado nutricional y nivel de actividad física en diferentes situaciones fisiológicas dirigidos en especial a la búsqueda de alteraciones nutricionales</li> <li>4. Aprender a extraer, interpretar y exponer resultados y conclusiones.</li> </ol>
<b>TEMARIO DETALLADO DE LA ASIGNATURA</b>

TEMARIO TEÓRICO:

Tema 1. Importancia de la valoración del estado nutricional y el nivel de actividad física como indicador del estado de salud.

Tema 2. Nutrición aplicada a la actividad física.

TEMARIO PRÁCTICO:

- Análisis de la ingesta de alimentos y nutrientes. Técnicas y aplicaciones.
- Evaluación de la composición corporal mediante medidas antropométricas y de impedancia bioeléctrica.
- Evaluación bioquímica del estado nutricional. Importancia de la búsqueda de alteraciones nutricionales subclínicas.
- Evaluación clínica del estado nutricional.
- Evaluación del nivel de actividad física y gasto energético a través de encuestas y acelerometría.
- Diseño de estudios de valoración del estado nutricional y/o nivel de actividad física.

**BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL:**

ACSM's Guidelines for exercise testing and prescription. 9ª edición. 2014. Baltimore, MD, USA.  
 Muñoz J, Delgado Fernández M. (coord.). Carbonell-Baeza A, Aparicio VA, Ruiz JR, Ortega FB, Delgado-Fernández M. 2010. Guía de recomendaciones para la promoción de actividad física. Consejería de Salud, Junta de Andalucía. Mataix, J. 2009. Nutrición y alimentación humana. Ergón. Madrid.  
 Mataix, J. Llopis J. 1995. Tabla de composición de alimentos: aplicaciones en salud pública. Masson. S.A. Barcelona.  
 Mataix J, Llopis, J, Aranda P. 2001. Valoración de la ingesta de nutrientes y del perfil bioquímico e inmunoológico. En: Tratado de nutrición pediátrica. Doyma S.L. Barcelona.  
 Mataix J. y cols. 2005. Factos associated with obesity in an adult Mediterranean population: influence on plasma lipid profile. J Am Coll Nutri. 2005.

**Otros recursos:**

Mataix J, García L. Programa informático Nutriber SA. <http://www.funiber.org>  
 Mataiz J, Mañas M, Martínez de Victoria. Programa informático AYS44. General ASDE S.A. Valencia.

**ENLACES RECOMENDADOS**

Estudio Avena. <http://www.estudioavena.es>  
 Estudio Evasyon. <http://www.estudioevasyon.com>

**PROGRAMA DE ACTIVIDADES**

Segundo semestre	Actividades presenciales							Actividades no presenciales			
	Temas	Sesiones teóricas (horas)	Sesiones prácticas (horas)	Exposiciones y seminarios (horas)	Visitas	Exámenes	Otras actividades: Prácticas externas (horas)	Tutorías individuales (horas)	Tutorías colectivas (horas)	Trabajo individual del alumno (horas)	Otras actividades
Semana 1	Tema 1 Prácticas	7.5	5					1	1	10	
Semana 2	Tema 2. Prácticas	7.5	5					1	1	10	
Semana de evaluación				5				1		20	
Total horas		15	10	5	0	0	0	3	2	40	

**METODOLOGÍA DOCENTE**

- Presentación: Entrevista a cada alumno matriculado por los profesores del curso.
- Clases teóricas presenciales: Clases magistrales y exposiciones con debate. Realización de fichas de trabajo en el aula.
- Clases prácticas presenciales: Aprendizaje de programas informáticos relacionados con el tema; protocolos para la realización de medidas antropométricas y de impedancia bioeléctrica y realización de diseños de estudios para búsqueda de situaciones de malnutrición y de inactividad física.
- Prácticas: Participación en realización de encuestas nutricionales y de actividad física.

En la docencia se utilizará Soporte tecnológico de retroproyector y ordenadores.

Y para la comunicación con el alumnado se utilizará la plataforma SWAD o correo electrónico institucional.

#### **EVALUACIÓN (INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y PORCENTAJE SOBRE LA CALIFICACIÓN FINAL, ETC.)**

EV04: técnicas basadas en la asistencia y participación activa del alumno en clase, seminarios y tutorías (100%).

- Asistencia a clases y realización y entrega de fichas de trabajo individual de prácticas (70%).
- Informe individual de los resultados obtenidos en la toma de datos del Itinerario de Calidad de Vida (30%).

En caso necesario, el profesorado podrá pedir al alumnado la defensa de sus fichas de trabajo e informe individual en horario de sesiones de evaluación y/o tutorías.

#### **INFORMACIÓN ADICIONAL**