UNIVERSIDAD DE GRANADA

Vicerrectorado de Calidad, Innovación Docente y Estudios de Grado

Número de pdf: 3077

RECONOCIMIENTO DE CRÉDITOS POR ACTIVIDADES UNIVERSITARIAS

- [x] CULTURALES
- [ ] DEPORTIVAS
- [ ] DE REPRESENTACIÓN ESTUDIANTIL
- [ ] SOLIDARIAS Y DE COOPERACION

Renovación

Sí

CENTRO, SERVICIO U ÓRGANO PROPONENTE

Facultad de Farmacia

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD

Educación nutricional para universitarios: De la teoría a la mesa (4ª edición

WEB DE LA ACTIVIDAD (en su caso)

https://farmacia.ugr.es/

ORGANIZA

Vicedecanato de Prácticas Externas e Integración Estudiantil de la Facultad de Farmacia (Teresa Nestares Pleguezuelo y Rafael Giménez Martínez); Empresa La Habitación Saludable (Carlos García Torres); ADINU-Granada, AGEF, EBERSIX (Junior Empresa de la Facultad de Farmacia

DIRECTOR/A
(que certificará la asistencia y participación en la actividad)

Teresa Nestares Pleguezuelo; Carlos García Torres y Rafael Jesús Giménez Martínez

FECHA DE REALIZACIÓN

del 15-03-2021 al 26-11-2020

Nº DE HORAS

30

CREDITOS SOLICITADOS

Entre 1.5 y 2

CREDITOS CONCEDIDOS

1.5

JUSTIFICACION Y MEMORIA EXPLICATIVA (extensión máxima: 1.500 caracteres sin espacios)

Se conoce la importancia de un estilo de vida saludable para prevenir las enfermedades crónicas no transmisibles. El estilo de vida saludable se ve alterado en determinadas etapas vitales. De hecho hay un alejamiento de los estudiantes universitarios de estos hábitos. Consideramos imprescindible la formación en hábitos saludables de la población universitaria.
En especial a los estudiantes universitarios del área de la salud, pero será fácil de seguir por cualquier estudiante de la UGR que esté interesado en ampliar sus conocimientos en nutrición y cocina sin necesidad de tener conocimientos previos en ninguna de estas dos disciplinas.
¿Por qué esta iniciativa?
Esta iniciativa es una oportunidad de acercar teorías del campo de la salud a un entorno práctico como es la cocina, y finalmente la mesa.
La idea es complementar la formación recibida en las aulas con la práctica en la cocina. No se espera que el alumno alcance una habilidad real en tan solo 20 horas, pero sí cierta destreza y, sobre todo, despertar interés por la misma.

¿Sobre qué tratará?
Se harán sesiones prácticas de cocina donde elaboraremos platos apoyados en conceptos de Dieta Mediterránea, sostenibilidad y ecología a la vez que hablamos de cómo una dieta, además de ser equilibrada, variada, suficiente, completa y adecuada, debe ser apetecible. También abordaremos temas relacionados con el campo de la psiconutrición, convivialidad y aspectos emocionales relacionados con la preparación

PLAN DE LA ACTIVIDAD, PROGRAMA, CONTROL DE ASISTENCIA, MÉTODO DE EVALUACIÓN, EN SU CASO (extensión máxima: 3.500 caracteres sin espacios)

PLAN DE LA ACTIVIDAD, PROGRAMA, CONTROL DE ASISTENCIA, MÉTODO DE EVALUACIÓN, EN SU CASO (extensión máxima: 3.500 caracteres sin espacios)
El programa consistiría en lo siguiente:

- Primera preliminar. Hábitos alimentarios como instrumento para prevenir enfermedades. Actividad física y deporte saludables
- Primera sesión. La pirámide de los alimentos y sostenibilidad. Batch cooking.
- Segunda sesión: La mesa y el entorno. Convivialidad.
- Tercera sesión: Comer de tupper. Fast good
- Cuarta Sesión: Etiquetado de los alimentos. Alergias alimentarias.
- Quinta sesión: Planificación de un menú semanal.

En cada bloque se explicará una parte de teoría que se aplicará a las recetas y platos elaborados durante esa sesión.
Criterios de evaluación:
• Participación activa en las sesiones y en las actividades planteadas por los/las docentes, se realizará la explicación de cada bloque y las correspondientes sesiones prácticas.
• Superación de prueba tipo test y resolución de un caso práctico.

OBSERVACIONES

Esta es una actividad que se plantea en la Facultad de Farmacia como estrategia para complementar los conocimientos en cocina que todo estudiante debe de tener y sobre todo aquellos dedicados al ámbito de la Nutrición Humana y dietética Es una formación ampliamente demandada por nuestros estudiantes, pero que además puede ser de gran utilidad para cualquier estudiante de la Universidad de Granada, ya que se trata de una formación totalmente transversal En todo momento el estudiantado realizará actividades prácticas de elaboración de platos saludables y aplicarán los conocimientos sobre cocina y técnica culinarian que irá explicando en cada momento el professor correspondiente. Se realizarán 5 sesiones de 5 horas cada una, además de 10 horas de trabajo autónomo para preparar el examen tipo test y la prueba práctica.

ANEXO 1

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD

Educación nutricional para universitarios: De la teoría a la mesa (4ª edición

Indique los objetivos de desarrollo sostenible que considera están vinculados con la actividad propuesta

Con el objetivo de construir un mundo mejor para todas las personas y para el planeta, en el año 2015, 193 países integrantes de la ONU aprobaron la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. Esta Agenda es un plan de acción en favor de las personas, el planeta y la prosperidad, a través de un conjunto de 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) a alcanzar en el año 2030 y que abarcan las esferas económica, social y medioambiental. Esta agenda compromete a gobiernos, universidades, sector privado y toda la sociedad.

Objetivos de desarrollo sostenible - Objetivos específicos de aprendizaje	
Objetivo 1. Poner fin a la pobreza en todas sus formas y en todo el mundo	
La actividad trata los conceptos de pobreza y las causas y sus efectos. La actividad permitirá que los participantes tomen conciencia estas temáticas, generen empatía y solidaridad con la desigualdad y proponiendo acciones para abordar los temas sistémicos asociados a la pobreza.	■
Objetivo 2. Poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición y promover la agricultura sostenible	
La actividad trata los conceptos acerca del hambre y la malnutrición, y las consecuencias que provoca a nivel biopsicosocial en la vida humana. La actividad fomenta en los participantes, conciencia real de la existencia de esta problemática, reflexión sobre sus valores y capacidad crítica ante los temas relacionados con esta realidad.	■
Objetivo 3: Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades	
La actividad trata los conceptos de salud, higiene y bienestar individual y social, y promueve el conocimiento sobre las estrategias de prevención e intervención más relevantes para fomentar la salud. La actividad promueve una visión holística y adherencia a hábitos de vida saludables en los participantes.	■
Objetivo 4. Garantizar una educación inclusiva y equitativa de calidad y promover oportunidades de aprendizaje permanente para todos	
La actividad aborda el rol que juegan la educación integral y la cultura en la promoción del desarrollo humano y en la consecución de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. La actividad permitirá que los participantes sean capaces de contribuir a una educación de calidad para todas las personas y a la Educación para el Desarrollo Humano Sostenible (DHS).	■
Objetivo 5. Lograr la igualdad de género y empoderar a todas las mujeres y las niñas	
La actividad aborda los conceptos de género, igualdad de género y discriminación de género, permitiendo que los participantes comprendan los derechos básicos de las mujeres y las niñas. La actividad permitirá que los participantes tengan conciencia sobre las desigualdades y sean capaces de identificar cualquier forma de discriminación de género, educando en la no violencia, y en la equidad entre los seres humanos.	■
Objetivo 6: Garantizar la disponibilidad de agua y su gestión sostenible y el saneamiento para todos	
La actividad trata temas relacionados con el agua, como condición fundamental de la vida, la importancia de la calidad y la cantidad, las causas, efectos y consecuencias de la contaminación del agua y/o la escasez del agua. La actividad promueve que los participantes tomen conciencia del uso responsable del agua.	■

Objetivo 7. Garantizar el acceso a una energía asequible, fiable, sostenible y moderna para todos	
La actividad comprende conceptos sobre crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, empleo y trabajo honesto y justo para todas las personas. La actividad promueve en los participantes la capacidad crítica sobre los modelos económicos, las visiones del futuro de la economía y la sociedad. La actividad promoverá que los participantes tomen conciencia sobre las consecuencias que provocan sus hábitos de consumo fomentando el consumo responsable.	■
Objetivo 8. Promover el crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, el empleo pleno y productivo y el trabajo decente para todos	
La actividad comprende conceptos sobre crecimiento económico sostenido, inclusivo y sostenible, empleo y trabajo honesto y justo para todas las personas. La actividad promueve en los participantes la capacidad crítica sobre los modelos económicos, las visiones del futuro de la economía y la sociedad. La actividad promoverá que los participantes tomen conciencia sobre las consecuencias que provocan sus hábitos de consumo fomentando el consumo responsable.	☐
Objetivo 9. Construir infraestructuras resilientes, promover la industrialización inclusiva y sostenible y fomentar la innovación	
La actividad aborda conceptos relacionados con las infraestructuras e industrialización sostenibles y las consecuencias y desafíos para lograr la sostenibilidad. La actividad permitirá a los participantes reconocer y reflexionar en torno a sus propias demandas en la infraestructura local, en aspectos como su huella de carbono y/o su huella hídrica.	☐
Objetivo 10. Reducir la desigualdad en los países y entre ellos	
La actividad trata sobre las desigualdades, sus interrelaciones y las consecuencias que genera. La actividad permite concienciar y comprender que la desigualdad es un importante generador de problemas sociales e identificar las desigualdades que existen a su alrededor generando una visión del mundo justo e igualitario.	☐
Objetivo 11. Lograr que las ciudades y los asentamientos humanos sean inclusivos, seguros, resilientes y sostenibles	
La actividad trata sobre la sostenibilidad de los asentamientos físicos urbanos, periurbanos y rurales vinculados a la planificación y construcción sostenible. La actividad promoverá en los participantes conciencia crítica sobre el desarrollo de los entornos natural, social y técnico, que les permita sentirse responsables de los impactos ambientales y sociales de su estilo de vida, potenciando su capacidad de resiliencia.	☐
Objetivo 12. Garantizar modalidades de consumo y producción sostenibles	
La actividad aborda cómo las decisiones de los estilos de vida individual influyen en el desarrollo social, económico y ambiental, entre los cuales se incluye temas tales como: la cadena de valor de la producción y consumo, los derechos y deberes de los distintos actores de la producción y el consumo, etc. La actividad promoverá que los participantes tomen conciencia del efecto que tiene su conducta como productor y consumidor en el impacto ambiental y social.	☐
Objetivo 13. Adoptar medidas urgentes para combatir el cambio climático y sus efectos	
La actividad trata sobre conceptos relacionados con el cambio climático como un fenómeno antropogénico y sus consecuencias ecológicas, sociales, culturales y económicas a nivel local y global. La actividad permitirá que los participantes asuman que la protección del clima mundial es una tarea esencial de todas las personas. La importancia de reevaluar nuestras conductas diarias repercute directamente en la salud individual y colectiva.	☐
Objetivo 14. Conservar y utilizar sosteniblemente los océanos, los mares y los recursos marinos para el desarrollo sostenible	

La actividad plantea la importancia de los ecosistemas marinos y el rol de los océanos en la moderación de nuestro clima. La actividad promueve la toma de conciencia sobre las amenazas y las oportunidades para el uso sostenible de los recursos marinos, permitiendo que los participantes reflexionen sobre sus propias necesidades alimentarias y sobre si hacen un uso sostenible de las limitadas fuentes alimentarias marinas.	☐
Objetivo 15: Gestionar sosteniblemente los bosques, luchar contra la desertificación, detener e invertir la degradación de las tierras y detener la pérdida de biodiversidad	
La actividad aborda temas sobre los ecosistemas terrestres y las distintas amenazas a las que se enfrenta la biodiversidad, incluidos pérdida de hábitat, deforestación, fragmentación, sobreexplotación y especies invasoras y su relación con la biodiversidad local. La actividad permitirá a los participantes crear una conciencia crítica sobre el dualismo hombre/naturaleza y defender la conservación de la biodiversidad, incluyendo los servicios del ecosistema y el valor intrínseco.	☐
Objetivo 16: Promover sociedades justas, pacíficas e inclusivas	
La actividad aborda la comprensión de los conceptos de justicia, inclusión y paz, y su relación con la ley. La actividad permitirá a los participantes tomar conciencia sobre la importancia del marco internacional de derechos humanos y su capacidad de actuación en temas locales y mundiales de paz, justicia, inclusión e instituciones sólidas, promoviendo la oportunidad de convertirse en un agente de cambio en la toma de decisiones y alzar la voz contra las injusticias y los conflictos.	☐
Objetivo 17. Fortalecer los medios de implementación y revitalizar la Alianza Mundial para el Desarrollo Sostenible	
La actividad contempla la comprensión de temas relacionados con la gobernanza mundial, la ciudadanía global, las políticas de desarrollo, la importancia de la cooperación y el acceso a la ciencia, la tecnología y la innovación, y el intercambio de conocimiento. La actividad fomentará en los participantes la reflexión la sobre la importancia de las alianzas mundiales y la responsabilidad compartida por el desarrollo sostenible y la capacidad de identificarse con los ODS y exigir a los gobiernos que se hagan responsables de los ODS. La alianza está referida a los aspectos señalados en los 16 objetivos anteriores y se enmarca en el contexto de las alianzas en las que participa la Universidad de Granada como pueda ser, a título de ejemplo, la alianza ARQUS.	☐
Desarrollo Humano Sostenible (Todos los ODS)	
Reflexionar en torno al concepto de desarrollo sostenible, los desafíos para alcanzar los ODS, la importancia del propio campo de especialización para lograr los ODS y su propio rol en el proceso.	■
Formular una visión integradora propia de estos temas y desafíos de desarrollo sostenible por medio de la consideración de las dimensiones social, ecológica, económica y cultural desde la perspectiva de los principios y valores de desarrollo sostenible, incluyendo la justicia intergeneracional y mundial.	■
Comprender cómo la diversidad cultural, la igualdad de género, la justicia social, la protección ambiental y el desarrollo personal son elementos integrales de la formación de cualquier futuro profesional.	■

ANEXO 2

TÍTULO DE LA ACTIVIDAD

Educación nutricional para universitarios: De la teoría a la mesa (4ª edición

Indique las competencias transversales (Proyecto Tuning) que considere que están vinculadas con la actividad propuesta

El Proyecto Tuning (2002) ha sido una base importante en las transformaciones de la reforma curricular universitaria en la convergencia europea para la educación superior. Comprenden habilidades y capacidades tanto de tipo cognitivo como motivacional y se manifiestan a través de competencias instrumentales, interpersonales y sistémicas.

Objetivos de desarrollo sostenible - Objetivos específicos de aprendizaje	
Competencias transversales instrumentales	
Capacidad de análisis y síntesis	■
Capacidad de organizar y planificar	■
Conocimientos generales básicos	☐
Conocimientos básicos de la profesión	■
Comunicación oral y escrita en la propia lengua	☐
Conocimiento de una segunda lengua	■
Habilidades básicas de manejo del ordenador	■
Habilidades de gestión de la información (habilidad para buscar y analizar información proveniente de fuentes diversas	■
Resolución de problemas	■
Toma de decisiones	■
Competencias transversales interpersonales	
Capacidad crítica y autocrítica	■
Trabajo en equipo	■
Habilidades interpersonales	■
Capacidad de trabajar en un equipo interdisciplinar	■
Capacidad para comunicarse con expertos de otras áreas	■

Apreciación de la diversidad y multiculturalidad	■
Habilidad de trabajar en un contexto internacional	■
Compromiso ético	■
Competencias transversales sistémicas	
Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica	■
Habilidades de investigación	■
Capacidad de aprender	■
Capacidad para adaptarse a nuevas situaciones	■
Capacidad para generar nuevas ideas (creatividad)	■
Conocimiento de culturas y costumbres de otros países	■
Habilidad para trabajar de forma autónoma	■
Diseño y gestión de proyectos	■
Iniciativa y espíritu emprendedor	■
Preocupación por la calidad	■
Motivación de logro	■