

Programación semanal

En la programación semanal te presentamos un **reparto del trabajo de la asignatura** a lo largo de las semanas del cuatrimestre.

	CONTENIDO TEÓRICO	ACTIVIDADES (20 puntos)
Semana 1	<p>Tema 1. La alimentación y la salud</p> <p>1.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>1.2. Definición de salud</p> <p>1.3. Promoción de la salud. Educación sanitaria</p> <p>1.4. Alimentación y nutrición. Principales conceptos</p> <p>1.5. Referencias bibliográficas</p> <p>Tema 2. Nutrientes y energía</p> <p>2.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>2.2. La energía y su origen</p> <p>2.3. Energía en los alimentos</p> <p>2.4. Componentes del gasto energético</p> <p>2.5. Balance energético. Necesidades y recomendaciones</p> <p>2.6. Referencias bibliográficas</p>	<p>Test tema 1 (0,2 puntos)</p> <p>Test tema 2 (0,2 puntos)</p>
Semana 2	<p>Tema 3. Macronutrientes</p> <p>3.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>3.2. Los glúcidos o hidratos de carbono</p> <p>3.3. Los lípidos</p> <p>3.4. Las proteínas</p> <p>3.5. Referencias bibliográficas</p> <p>Tema 4. Micronutrientes: las vitaminas</p> <p>4.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>4.2. Las vitaminas. Definición y funciones</p> <p>4.3. Vitaminas liposolubles</p> <p>4.4. Vitaminas hidrosolubles</p> <p>4.5. Las vitaminas en los alimentos</p> <p>4.6. Referencias bibliográficas</p>	<p>Trabajo: Gasto energético (6 puntos)</p> <p>Test tema 3 (0,2 puntos)</p> <p>Test tema 4 (0,2 puntos)</p>
Semana 3	<p>Tema 5. Micronutrientes: los minerales. Agua y fibra alimentaria</p> <p>5.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>5.2. Macronutriente y microminerales</p> <p>5.3. Principales minerales que intervienen en el crecimiento infantil</p> <p>5.4. Equilibrio hídrico y deshidratación</p> <p>5.5. La fibra y tipos de fibra</p> <p>5.6. La fibra y sus efectos sobre la salud</p> <p>5.7. Referencias bibliográficas</p>	<p>Test tema 5 (0,2 puntos)</p>
Semana 4	<p>Tema 6. Grupo de alimentos</p> <p>6.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>6.2. Los alimentos y su clasificación</p> <p>6.3. Cereales y derivados. Características nutritivas</p> <p>6.4. Frutas, verduras, legumbres y frutos secos</p> <p>6.5. Leche y derivados lácteos</p> <p>6.7. Carnes, pescados y huevos</p> <p>6.8. Alimentos grasos</p> <p>6.9. Referencias bibliográficas</p>	<p>Test tema 6 (0,2 puntos)</p>

	CONTENIDO TEÓRICO	ACTIVIDADES (20 puntos)
Semana 5	<p>Tema 7. La digestión de los alimentos</p> <p>7.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>7.2. El aparato digestivo: tubo digestivo y glándulas anejas</p> <p>7.3. La regulación de la digestión por medio de las hormonas</p> <p>7.4. Consecuencias prácticas, emociones y educación</p> <p>7.5. Referencias bibliográficas</p> <p>Tema 8. El etiquetado de los alimentos</p> <p>8.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>8.2. Qué es el etiquetado. Características</p> <p>8.3. Etiquetado obligatorio de los productos alimenticios</p> <p>8.4. El etiquetado nutricional</p> <p>8.5. Aditivos en los alimentos. Garantías sanitarias</p> <p>8.6. Alimentos funcionales. Tipos</p> <p>8.7. Referencias bibliográficas</p>	<p>Crucigrama: La digestión y sus componentes (5,6 puntos)</p> <p>Test tema 7 (0,2 puntos)</p> <p>Test tema 8 (0,2 puntos)</p>
Semana 6	<p>Tema 9. Evaluación nutricional</p> <p>9.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>9.2. La desnutrición</p> <p>9.3. Métodos clínicos de evaluación</p> <p>9.4. Encuestas alimentarias</p> <p>9.5. Métodos antropométricos</p> <p>9.6. Técnicas bioquímicas y físicas</p> <p>9.7. Referencias bibliográficas</p>	<p>Actividad: Etiquetado nutricional (6 puntos)</p> <p>Test tema 9 (0,2 puntos)</p>
Semana 7	<p>Tema 10. Patologías y Alimentación</p> <p>10.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>10.2. La obesidad</p> <p>10.3. El niño que no come</p> <p>10.4. Alimentación del niño diabético</p> <p>10.5. Trastornos de la conducta alimentaria</p> <p>10.6. Enfermedades cardiovasculares</p> <p>10.7. Referencias bibliográficas</p> <p>Tema 11. Higiene alimentaria</p> <p>11.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>11.2. Alergias e intolerancias a los alimentos</p> <p>11.3. Enfermedades transmitidas por alimentos</p> <p>11.4. La higiene de los alimentos</p> <p>11.5. Referencias bibliográficas</p>	<p>Test tema 10 (0,2 puntos)</p> <p>Test tema 11 (0,2 puntos)</p>
Semana 8	<p>Tema 12. Higiene infantil</p> <p>12.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>12.2. Higiene corporal</p> <p>12.3. La pediculosis en los colegios</p> <p>12.4. Higiene bucodental</p> <p>12.5. Higiene postural</p> <p>12.6. El sueño como hábito educable</p> <p>12.7. Educación de hábitos higiénicos</p> <p>12.8. Referencias bibliográficas</p>	<p>Test tema 12 (0,2 puntos)</p>
Semana 9	Semana de repaso	
Semana 9	Semana de exámenes	

NOTA

Esta **Programación semanal** puede ser modificada si el profesor lo considera oportuno para el enriquecimiento de la asignatura.