

Conocimientos nutricionales y habilidades dietéticas básicas para profesionales de hostelería

Certificado de Formación Permanente de la Universidad Complutense de Madrid

10 créditos ECTS, **100% on line**

Directora: Prof. Dra. Beatriz Beltrán de Miguel (beabel@ucm.es)

Codirectora: Prof. Dra. Carmen Cuadrado Vives (ccuadrad@ucm.es)

Inicio del curso: 1 de marzo de 2021

Fin del curso: 28/04/2021

Coste: 350 euros (posibilidad de financiar este curso a través de la Fundación Tripartita).

Requisitos: Adultos sin necesidad de haber cursado previamente un título universitario.

Información y matrícula

<https://www.ucm.es/estudios/2020-21/certificado-ConocimientosNutricionalesyHabilidadesDiet%C3%A9ticasC7262101>

Por qué este curso

Las ciencias gastronómicas, cuya estructura y método se debaten actualmente incluyen distintas ramas del saber que permiten el conocimiento profundo de los alimentos en sus diferentes facetas como fuente, no sólo de placer sino también de salud, cultura y sostenibilidad. En este sentido, la Nutrición se considera una ciencia gastronómica, una herramienta cuyos contenidos serán de gran utilidad para cooperar a los objetivos de desarrollo sostenible desde el ámbito de la restauración y hostelería (OMS, 2018). Es necesario abrir la puerta de la formación en Nutrición y Dietética a los profesionales de la Hostelería para mejorar sus conocimientos y habilidades prácticas, mejorando la calidad nutricional del servicio que prestan a la sociedad en la actualidad, donde la alimentación fuera del hogar se convierte en un componente inevitable de nuestra rutina semanal. La puesta en marcha del Certificado de Formación Permanente UCM “Conocimientos nutricionales y habilidades dietéticas básicos para profesionales de hostelería” se considera una gran oportunidad para ello. Ahora, con la versión on-line, se nos permite abrir las puertas a alumnado de diferentes países y culturas, hecho claramente enriquecedor.

Contenido

En este curso se transmitirán los conocimientos básicos en Nutrición que se consideran necesarios para un profesional de Hostelería y se iniciará al alumno en la utilización dietético-práctica de éstos.

Así se estudiarán los diferentes nutrientes y componentes bioactivos que forman parte de los alimentos que conforman nuestro patrón alimentario en los siguientes aspectos:

- Principales características fisicoquímicas y organolépticas de cada uno de estos componentes en el alimento, crudo o cocinado.
- Papel funcional en el organismo y en la salud de cada uno de estos componentes.
- Recomendaciones de ingesta.

Además, se iniciará al alumno en el uso de técnicas y herramientas imprescindibles para la valoración nutricional de un alimento como punto de partida en la formulación de recetas más equilibradas.

Programa

1.1. **Definición y conceptos básicos:** *Alimentación, alimento, nutrición, nutriente, dieta.*

1.2. **Alimentos y recetas como fuente de energía.** *Componentes del gasto energético y contribución de los alimentos a la ingesta. Recomendaciones de ingesta. Consideraciones en la práctica dietético-culinaria.*

1.3. **Alimentos y recetas como fuente de macronutrientes (proteínas, hidratos de carbono y lípidos).** *Papel funcional en el organismo y en la salud. Recomendaciones de ingesta. Consideraciones en la práctica dietético-culinaria.*

1.4. **Alimentos y recetas como fuente de agua.** *Papel funcional en el organismo y en la salud. Recomendaciones de ingesta. Consideraciones en la práctica dietético-culinaria.*

1.5. **Alimentos y recetas como fuente de fibra.** *Papel funcional en el organismo y en la salud. Recomendaciones de ingesta. Consideraciones en la práctica dietético-culinaria.*

1.6. **Alimentos y recetas como fuente de micronutrientes (vitaminas y minerales).** *Papel funcional en el organismo y en la salud. Recomendaciones de ingesta. Consideraciones en la práctica dietético-culinaria.*

1.7. **Alimentos y recetas como fuente de componentes bioactivos.** *Papel funcional en el organismo y en la salud. Recomendaciones de ingesta. Consideraciones en la práctica dietético-culinaria.*

1.8. **Alimentos y recetas como fuente de otros componentes.** *Papel funcional en el organismo y en la salud. Recomendaciones de ingesta. Consideraciones en la práctica dietético-culinaria.*

1.9. **Herramientas básicas en la dietética culinaria.** *Bases de datos de composición de alimentos, guías alimentarias, objetivos nutricionales. Formulación de recetas acorde a los estándares de referencia dietética.*

Metodología

Este curso, de 10 créditos ECTS, es **100% on line**. Las clases se impartirán de forma virtual, fundamentalmente mediante sesiones sincrónicas (interacción profesor-alumno en directo), los lunes y miércoles en horario de 16.30 h a 19 h (**hora española**). En ese horario se incluirán también las tutorías grupales. Las clases quedarán grabadas a disposición del alumno en el campus virtual de la UCM, mientras que dure el curso, para facilitar el acceso a aquellos alumnos que por cualquier motivo no puedan conectarse en directo a las mismas

En la impartición de la docencia se utilizarán tanto metodologías tradicionales (ej. lección magistral, seminarios), como otras de implantación reciente (ej. Clase inversa; clases a dos; manejo de redes sociales) adaptadas a las características concretas del alumnado.

El alumno contará en todo el proceso educativo teórico-práctico con una guía de aprendizaje estructurada que le permitirá llevar un ritmo adecuado en el desarrollo del estudio y demás actividades programadas en el curso para la adquisición de competencias y habilidades.

Evaluación

Para evaluar si se alcanzan los objetivos del curso, el alumno tendrá que responder correctamente al menos al 75% de las cuestiones que se planteen en los cuestionarios propuestos en cada tema. Además, se tendrá en cuenta la participación activa del alumno en las tareas o actividades.

Las calificaciones finales serán numéricas y estarán comprendidas entre 0 y 10. Para aprobar el curso y obtener así el título se debe alcanzar la puntuación de 5.