

## 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 Y TALLERES VIRTUALES (10 puntos)
Semana 1	<p><b>Tema 1. Cómo satisfacer las necesidades alimenticias durante el ciclo de la vida</b></p> <p>1.1. ¿Cómo estudiar este tema? 1.2. Introducción 1.3. Principios básicos de la nutrición humana a lo largo de la vida 1.4. Desarrollo del cuerpo humano. Crecimiento y homeorresis. Influencia hormonal 1.5. Referencias bibliográficas</p>	<p><b>Test Tema 1</b> (0,1 puntos)</p>
Semana 2	<p><b>Tema 2. Embarazo y nutrición</b></p> <p>2.1. ¿Cómo estudiar este tema? 2.2. Nutrición y fertilidad. Aspectos nutricionales previos a la concepción 2.3. Cambios fisiológicos normales durante el embarazo</p>	
Semana 3	<p><b>Tema 2. Embarazo y nutrición (continuación)</b></p> <p>2.4. Necesidades energéticas y nutricionales durante el embarazo 2.5. Importancia del consejo dietético durante el embarazo: el control de peso y la alimentación más apropiada 2.6. Trastornos en el embarazo susceptibles de intervención dietética 2.7. Referencias bibliográficas</p>	<p><b>Test Tema 2</b> (0,1 puntos)</p>
Semana 4	<p><b>Tema 3. Nutrición en la lactancia</b></p> <p>3.1. ¿Cómo estudiar este tema? 3.2. Aspectos fisiológicos de la lactancia. Lactogénesis 3.3. Composición de la leche materna 3.4. Beneficios de la lactancia materna 3.5. Factores nutricionales relacionados con la producción de leche 3.6. Aspectos dietético-nutricionales de la madre lactante 3.7. Trastornos durante la lactancia materna 3.8. Contraindicaciones para la lactancia 3.9. Referencias bibliográficas</p>	<p><b>Talleres virtuales</b> (3,2 puntos)</p> <p><b>Trabajo:</b> La alimentación de la madre lactante. Mitos y realidades (1,6 puntos)</p> <p><b>Test Tema 3</b> (0,1 puntos)</p>
Semana 5	<p><b>Tema 4. Aspectos nutricionales del bebé lactante</b></p> <p>4.1. ¿Cómo estudiar este tema? 4.2. Desarrollo y crecimiento del recién nacido. Aspectos fisiológicos 4.3. Necesidades de energía y nutrientes 4.4. Alimentación durante la lactancia temprana. Leche materna y fórmulas artificiales 4.5. Introducción de alimentos sólidos. La alimentación complementaria 4.6. Problemas nutricionales más frecuentes en los lactantes 4.7. Nutrición para lactantes con necesidades especiales de atención a la salud 4.8. Referencias bibliográficas</p>	<p><b>Lectura:</b> Fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios (1,6 puntos)</p> <p><b>Test Tema 4</b> (0,1 puntos)</p>

	CONTENIDO TEÓRICO	ACTIVIDADES Y TALLERES VIRTUALES (10 puntos)
Semana 6	<p><b>Tema 5. Nutrición en la infancia temprana y edad preescolar</b></p> <p>5.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>5.2. Importancia de la nutrición en esta etapa. Crecimiento y desarrollo</p> <p>5.3. Necesidades de energía y nutrientes</p> <p>5.4. Problemas más frecuentes relacionados con la nutrición. Prevención de trastornos relacionados con la nutrición</p> <p>5.5. Aspectos interculturales en la adopción de hábitos alimentarios</p> <p>5.6. Nutrición en niños con necesidades especiales</p> <p>5.7. Referencias bibliográficas</p>	<p><b>Test Tema 5</b> (0,1 puntos)</p>
Semana 7	<p><b>Tema 6. Nutrición en escolares</b></p> <p>6.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>6.2. Importancia de la nutrición en esta etapa. Crecimiento y desarrollo</p> <p>6.3. Necesidades energéticas y nutricionales de niños en edad escolar</p> <p>6.4. Problemas más frecuentes relacionados con la nutrición</p>	
Semana 8	<p><b>Tema 6. Nutrición en escolares (continuación)</b></p> <p>6.5. Recomendaciones alimentarias</p> <p>6.6. Complementos nutricionales</p> <p>6.7. Educación nutricional. Fomento de conductas de alimentación saludable y actividad física en la edad escolar</p> <p>6.8. La alimentación de escolares en el ámbito educativo. Programas y estrategias en el diseño de menús escolares</p> <p>6.9. Referencias bibliográficas</p>	<p><b>Foro:</b> Nuevos alimentos y fórmulas alimentarias: ¿Crees que afectarán al desarrollo vital del ser humano? (0,9 puntos)</p> <p><b>Test Tema 6</b> (0,1 puntos)</p>
Semana 9	<p><b>Tema 7. Nutrición en la adolescencia</b></p> <p>7.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>7.2. Introducción. Necesidades nutricionales en momentos de importantes cambios fisiológicos</p> <p>7.3. Requerimientos, ingesta e idoneidad dietéticas en adolescentes: necesidades de energía y nutrientes</p> <p>7.4. Detección, evaluación e intervención nutricionales en problemas relacionados con la alimentación de los adolescentes</p> <p>7.5. Problemas de salud de los adolescentes más frecuentes relacionados con la alimentación</p> <p>7.6. Nutrición para adolescentes deportistas: una asignatura pendiente</p> <p>7.7. Referencias bibliográficas</p>	<p><b>Trabajo:</b> Adopción buenos hábitos alimentarios en adolescentes. Diseño de un programa educacional (1,6 puntos)</p> <p><b>Test Tema 7</b> (0,1 puntos)</p>
Semana 10	<p><b>Tema 8. Nutrición en adultos</b></p> <p>8.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>8.2. Importancia de la nutrición en esta etapa de la vida</p> <p>8.3. Recomendaciones de macronutrientes y micronutrientes</p> <p>8.4. Uso de suplementos dietéticos</p> <p>8.5. Alimentación alternativa: riesgos nutricionales asociados</p> <p>8.6. Referencias bibliográficas</p>	<p><b>Test Tema 8</b> (0,1 puntos)</p>

	CONTENIDO TEÓRICO	ACTIVIDADES Y TALLERES VIRTUALES (10 puntos)
Semana 11	<p><b>Tema 9. Nutrición para la salud en la edad adulta</b></p> <p>9.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>9.2. Detección y evaluación de riesgos. Intervención nutricional para la reducción de riesgos</p> <p>9.3. Intervención en el sobrepeso y la obesidad</p> <p>9.4. Enfermedades cardiovasculares</p> <p>9.5. Síndrome metabólico</p> <p>9.6. Diabetes <i>mellitus</i></p> <p>9.7. Cáncer</p> <p>9.6. Referencias bibliográficas</p>	<p><b>Test Tema 9</b> (0,1 puntos)</p>
Semana 12	<p><b>Tema 10. Nutrición y envejecimiento</b></p> <p>10.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>10.2. Introducción. Tendencias poblacionales a nivel global: esperanza y duración de la vida</p> <p>10.3. Cambios fisiológicos en el envejecimiento</p> <p>10.4. Recomendaciones dietéticas y nutricionales para adultos mayores</p> <p>10.5. Consideraciones transculturales y sociales en las recomendaciones dietéticas</p> <p>10.6. Estrategias dietético-nutricionales en situación de riesgo nutricional</p> <p>10.7. Diseño de estrategias dietéticas en la planificación de menús para mayores institucionalizados</p> <p>10.8. Referencias bibliográficas</p>	<p><b>Test Tema 10</b> (0,1 puntos)</p>
Semana 13	<p><b>Tema 11. Nutrición y salud en adultos mayores</b></p> <p>11.1. ¿Cómo estudiar este tema?</p> <p>11.2. Detección, evaluación e intervención nutricionales en problemas relacionados con la alimentación</p> <p>11.3. Enfermedades cardiovasculares</p> <p>11.4. Enfermedades metabólicas</p> <p>11.5. Otros aspectos de salud que afectan a las intervenciones nutricionales</p> <p>11.6. Consumo de medicamentos y su interacción con los alimentos. Importancia en la población geriátrica</p> <p>11.7. Referencias bibliográficas</p>	<p><b>Test Tema 11</b> (0,1 puntos)</p>
Semana 14	<b>Semana de repaso</b>	
Semana 15	<b>Semana de repaso</b>	
Semana 16	<b>Semana de exámenes</b>	

**NOTA**

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

