



(018) INVESTIGACIÓN NUTRICIONAL PARA LA PROMOCIÓN DE LA SALUD

DEPARTAMENTO: Educación Ambiental

MODALIDAD: Curso

DESTINATARIOS: Profesores Técnicos de FP
Maestros
Catedráticos y Profesores de Enseñanza Secundaria

Nº DE PLAZAS: 30

REQUISITOS: Tendrán prioridad:
- Profesores de Secundaria de las especialidades de Biología y Geología.
- Profesores de Ciclos formativos de la Familia profesional de Industrias Alimentarias (INA), Sanidad y Química.
- Maestros con la especialidad de Educación Física y Primaria.

CERTIFICACIÓN: 2

Nº DE HORAS

PRESENCIALES:

PONENTE/S: - María Ángeles Martín, Científico Titular del CSIC. Investigadora en el campo de la Nutrición y la salud. - Marta Mesías, Doctora en Ciencia y Tecnología de los Alimentos. Investigadora de contaminantes químicos de procesado. - Helena M. Moreno, Doctora en Ciencias Veterinarias. Especialista en tecnología de productos de la pesca. - Ana Herrero, Científico Titular del CSIC. Especialidad Tecnología de la carne y sus derivados. - Claudia Ruiz-Capillas, Investigador Científico del CSIC. Especialidad Tecnología de la carne y sus derivados. - Raquel Mateos, Científico Titular del CSIC. Especializada en la caracterización química de los compuestos bioactivos de los alimentos y sus efectos en salud. - Beatriz Sarriá, Doctora en Biología. Especialidad Nutrición y Salud. - Jara Pérez, Doctora en Ciencia y Tecnología de los Alimentos. Experta en fibra. - María Blanch, Doctora en Ciencias Biológicas. Investigadora en tratamientos de post-recolección de frutos. - Sonia Gómez, Doctora en Farmacia. Especialista en Inmunonutrición, estado nutricional de adolescentes sanos y con patologías de la alimentación. - Belén Zapatera. Titulada Superior en Nutrición. Especialista en Nutrición

Humana. - Begoña Olmedilla. Investigador Científico del CSIC. Dra en Farmacia y especialista en carotenoides y vitaminas en el ámbito del estado nutricional y la actividad biológica en humanos.
- Cristina Delgado. Científico Titular del CSIC. Experta en Nutrición mineral y alimentos procesados térmicamente.

OBJETIVOS:

- 1- Diferenciar las características nutricionales positivas y negativas de los principales nutrientes.
- 2- Apreciar las influencias de la sociedad de consumo en nuestra alimentación.
- 3- Profundizar en las necesidades nutricionales de los adolescentes.
- 4- Prevenir enfermedades mediante la nutrición.

CONTENIDOS:

1. Nutrigénica y nutrigenómica. Prevención de enfermedades mediante la nutrición.
2. Alimentos procesados y su repercusión nutricional y toxicológica.
3. La importancia de los lípidos en la dieta.
4. El aceite de oliva tesoro de la dieta mediterránea. Cata de aceite de oliva.
5. Importancia nutricional de las carnes y los pescados; procesado y envasado.
6. Alimentos de origen vegetal como fuente de fitoquímicos. Polifenoles y salud. Cata de chocolates.
7. Carotenoides en frutas y hortalizas: contenido, bioisponibilidad y efectos sobre la salud.
8. Los azúcares libres y su abuso en la sociedad de consumo; importancia de la fibra en la dieta. Cata de galletas con fibra.
9. Nutrición mineral en distintas etapas de la vida. Macrominerales en nutrición y salud.
10. Minerales minoritarios y sus efectos en salud.
11. Necesidades nutricionales en la Adolescencia.
12. Cómo realizar un estudio de alimentación con nuestros alumnos.

METODOLOGÍA: La metodología será expositiva y se plantearán ejemplos prácticos. También se realizaran varias catas de distintos tipos de alimentos en distintas sesiones:

- Cata de aceites.
- Degustación de distintos tipos de galletas con distinto contenido en fibra.
- Cata de chocolates.
- Degustación de distintos tipos de aguas.

Actividad práctica para aprender a realizar estudios rigurosos de alimentación con nuestros alumnos.

LUGAR: CRIF Las Acacias. Calle General Ricardos, 179. 28025. Madrid (Metro: Oporto; EMT: líneas 34 y 35). El CRIF no dispone de aparcamiento propio por lo que aconsejamos acudir al centro en transporte público, (<https://tinyurl.com/AccesoCRIF>)

INICIO DE ACTIVIDAD: Lunes, 11 Marzo 2019

FIN DE ACTIVIDAD: Lunes, 01 Abril 2019

FECHAS/HORARIO: Lunes 11 de marzo (17:00-19:00)
Prevención de enfermedades mediante la nutrición. Nutrigénica y nutrigenómica.
María Ángeles Martín

Alimentos procesados y su repercusión toxicológica.
Marta Mesías.

Miércoles 13 de marzo (17:00-20:00)
La importancia de los lípidos en la dieta.
Beatriz Sarriá

El aceite de oliva tesoro de la dieta mediterránea. Cata de aceite de oliva
Raquel Mateos.

Lunes 18 de marzo (17:00-20:00)
Importancia nutricional de las carnes y los pescados; procesado y envasado.
Helena M Moreno
Ana Herrero
Claudia Ruiz-Capillas

Miércoles 20 de marzo (17:00-20:00)
Alimentos de origen vegetal como fuente de fitoquímicos.
Polifenoles y salud. Cata de chocolates.
María Ángeles Martín

Carotenoides en frutas y hortalizas: contenido, bioisponibilidad y

efectos sobre la salud.
Begoña Olmedilla Alonso

Lunes 25 de marzo (17:00-20:00)
Los azúcares libres y su abuso en la sociedad de consumo;
importancia de la fibra en la dieta. Cata de galletas con fibra.
Jara Pérez

Miércoles 27 de marzo (17:00-20:00)
Necesidades nutricionales en la adolescencia.
Sonia Gómez

Lunes 1 de abril (17:00-20:00)
Nutrición mineral en distintas etapas de la vida. Macrominerales
en nutrición y salud.

Cristina Delgado Andrade
Minerales minoritarios y sus efectos en salud
Beatriz Sarriá

Cómo realizar un estudio de alimentación con nuestros alumnos
Belén Zapatera

PLAZO DE INSCRIPCIÓN: Desde el Jueves, 14 Febrero 2019
hasta el Jueves, 07 Marzo 2019

CRITERIOS DE SELECCIÓN: Según queda determinado por la normativa vigente por la que se regula la Formación Permanente del Profesorado de la Comunidad de Madrid.

RESPONSABLE: Rocío Codes Valcarce rocio.codes@educa.madrid.org

EVALUACIÓN: Estudio sobre los hábitos alimenticios con respecto a un alimento, grupo de alimentos o comida diaria de un grupo de alumnos del centro en el que imparta clase el participante.

OBTENCIÓN DEL CERTIFICADO: La acreditación de las actividades de formación se ajustará a lo establecido en la normativa vigente por la que se regula la Formación Permanente del Profesorado de la Comunidad de Madrid.

OBSERVACIONES:

- Actividad dirigida a profesores en activo y a los integrantes de las listas de aspirantes a interinidad del ámbito de la Comunidad de Madrid.
- Los profesores interinos y de centros concertados y privados deberán enviar al correo electrónico del asesor responsable antes de finalizar el periodo de inscripción, una certificación actualizada de estar prestando servicio en su centro. (Ver modelo en la pestaña "Recursos").

- Es necesario disponer de cuenta de correo electrónico en EducaMadrid a efectos de inscripción y seguimiento. Toda comunicación relativa a esta actividad se realizará a través del correo de EducaMadrid.

- Con el fin de compartir y difundir las aplicaciones didácticas más destacadas elaboradas por los asistentes a las actividades de formación, se recomienda incluir los datos del autor y la licencia "Creative Commons by-SA" (Ver condiciones en la pestaña de "Recursos").

IMPORTANTE: Cualquier docente admitido en un curso de formación que, sin causa plenamente justificada, no lo inicie o lo abandone, no podrá participar en ningún otro curso durante los 12 meses siguientes.