ALIMENTA TU PASIÓN POR LA SALUD

- **Rama de conocimiento:** Ciencias de la Salud
- **Campus:** Álava
- **Centro organizador:** Facultad de Farmacia
- **Grado/s:**
  Nutrición Humana y Dietética
  Doble Grado en Farmacia + Nutrición Humana y Dietética
- **Lugar de desarrollo (dirección):** Paseo de la Universidad, 7. Vitoria-Gasteiz

1. BREVE DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

El presente proyecto pretende acercar al estudiantado que participa en estas jornadas a algunas de las actividades que puede realizar el o la graduada en Nutrición Humana y Dietética. Cada jornada se iniciará con una charla dirigida al estudiantado de Bachillerato y de Ciclos Formativos de Grado Superior de Formación Profesional. Posteriormente, participarán en 5 actividades prácticas.

Esta actividad tiene como objetivo mostrar a posibles estudiantes interesados o interesadas en esta titulación algunos ejemplos sencillos de actividades que podrán desarrollar en su futuro profesional como dietistas-nutricionistas.

2. TEMAS Y/O CONTENIDOS QUE SE VAN A TRABAJAR

Los temas que se van a trabajar se refieren a:

1. Presentación de la titulación, competencias que se adquiere y ámbitos profesionales en los que un graduado en Nutrición Humana y Dietética puede desarrollar su actividad.

2. Actividades específicas de la titulación

   a) conocer las diferentes estructuras del cuerpo humano.
   b) cómo se evalúa en estado nutritivo de un individuo.
   c) qué es una dieta equilibrada y cómo se elabora.
   d) cómo analizar los alimentos a través de los sentidos.
   e) qué impacto tiene la preparación de los alimentos en el propio alimento.
   f) ampliar el conocimiento sobre los receptores del sabor.

3. ACCIONES QUE SE VAN A DESARROLLAR

El o la estudiante asistirá a una charla introductoria sobre la utilidad de estos estudios y posteriormente realizarán de forma rotatoria 5 prácticas. Cada una de ellas tendrá una duración de 20-25 minutos:

El código anatómico

En esta actividad, el estudiantado deberá resolver en grupo cinco retos anatómicos: identificar y clasificar huesos, establecer relaciones entre diferentes conceptos anatómicos, reconstruir el recorrido de una gota de sangre, localizar un objeto perdido en las vías respiratorias e identificar un órgano misterioso. Al superar cada reto, obtendrán un número y, al finalizar, deberán colocarlos en el orden correcto para formar el "Código Anatómico". El objetivo de la actividad no es únicamente reconocer y memorizar las estructuras anatómicas, sino también fomentar la observación, la manipulación, la aplicación de los conocimientos, el razonamiento y el trabajo en equipo mediante el uso de modelos anatómicos y otros materiales prácticos.

Evaluación del estado nutricional

El objetivo de esta práctica es que los y las estudiantes tomen conciencia de la importancia de evaluar el estado nutricional como método diagnóstico del estado de salud. Así, tras explicar brevemente el concepto de estado nutritivo se realizará un taller de antropometría en el que los participantes se tomaran las medidas de talla, peso corporal, circunferencia de muñeca y pliegue tricipital y calcularán el Índice de Masa Corporal y el porcentaje de masa magra y grasa. Posteriormente, evaluarán los resultados en base a tablas de referencia y establecerán conclusiones.
La duración de la actividad es de aproximadamente 20 minutos.

Dieta equilibrada

El objetivo de la presente actividad es dar a conocer el concepto de dieta equilibrada y concienciar a los estudiantes de la importancia de su seguimiento. Tras explicar de forma breve en qué consiste una dieta equilibrada y cuáles son las consecuencias de su cumplimiento e incumplimiento, se dará unas pautas sencillas a los participantes para su seguimiento. Así, los estudiantes diseñarán dietas equilibradas para dos días, uno entre semana y otro festivo.
La duración de la actividad es de aproximadamente 20 minutos.

Análisis sensorial aplicado a la salud

Se aprenderá cómo utilizar los sentidos para el estudio de los alimentos y se explicarán las aplicaciones que puede tener esto en el ámbito sanitario, analizando especialmente los alimentos para necesidades alimenticias especiales.

La importancia para la salud de una buena elección del método de preparación de alimentos

En esta actividad práctica se analizará la influencia del procesado de alimentos y de las técnicas culinarias en las propiedades nutritivas de algunos alimentos. Para ello, los y las estudiantes deberán determinar en el laboratorio la concentración de vitamina C en diferentes muestras de zumo de naranja (zumo muy nuevo e incluso pasadas unas horas, que ha sido sometido a tratamiento UHT y pasteurizado) e interpretar los resultados obtenidos. Por otro lado, tendrán la oportunidad de comparar la composición, la calidad y la idoneidad para cocinar de diferentes aceites comestibles de origen vegetal, midiendo diferentes propiedades físico-químicas y sensoriales.

Ciencia del sabor: el misterio del brócoli y tus papilas gustativas

Esta actividad tiene como objetivo trabajar el gusto, analizar los catadores de la lengua y analizar las diferencias gustativas entre los individuos. Porque la percepción de la cata influye en las preferencias alimentarias y, en consecuencia, en el diseño de las dietas y en la adhesión de los pacientes a la dieta. Para desarrollar la práctica, los participantes tomarán roles de sujetos experimentales y experimentadores. Degustarán soluciones de diferentes sabores y concentraciones e identificarán las regiones mineras prioritarias para su detección, determinarán el valor umbral de la percepción gustativa y analizarán la distribución del gen TAS2R38 entre los participantes, que codifica un receptor implicado en la percepción del sabor amargo.

4. CALENDARIO Y PLAZAS

Fecha	Idioma	Turno	Horario	Nº plazas
18/01/2027	Castellano	Tarde	15:30 – 18:30	40
21/01/2027	Euskera	Tarde	15:30 – 18:30	40