



## PRESENTACIÓN

**Breve descripción:** Desde hace unas décadas existe un interés creciente en el ámbito de la epidemiología nutricional por estudiar la asociación entre la salud y los patrones dietéticos en su conjunto, y no tanto el papel de ciertos alimentos o nutrientes de modo aislado.

- **Titulación:** Máster Universitario Europeo en Alimentación, Nutrición y Metabolismo
- **Módulo/Materia:** Módulo III: Nuevas Tendencias en Alimentación y Nutrición / Formación optativa
- **ECTS:** 3
- **Curso, semestre:** 1º semestre
- **Carácter:** Optativa
- **Profesorado:** Dra. Susana Santiago (Prof. Responsable) y Dra. Itziar Zazpe
- **Idioma:** Castellano
- **Aula, Horario:**

## COMPETENCIAS

### Básicas

CB7 Que los estudiantes sepan aplicar los conocimientos adquiridos y su capacidad de resolución de problemas en entornos nuevos o poco conocidos dentro de contextos más amplios (o multidisciplinares) relacionados con su área de estudio.

CB9 Que los estudiantes sepan comunicar sus conclusiones –y los conocimientos y razones últimas que las sustentan– a públicos especializados y no especializados de un modo claro y sin ambigüedades.

CB10 Que los estudiantes posean las habilidades de aprendizaje que les permitan continuar estudiando de un modo que habrá de ser en gran medida auto-dirigido o autónomo.

### Generales

CG2 Presentar públicamente ideas, procedimientos o informes de investigación, de transmitir emociones o de asesorar a personas y a organizaciones.

CG3 Llevar a cabo con destreza presentaciones orales y escritas en diversos ámbitos profesionales (especializado, docente y divulgativo) y en ambos idiomas español e inglés.

CG4 Seleccionar con juicio crítico bibliografía científica especializada.

### Específicas

CE1 Profundizar en la adquisición de conocimientos actualizados en Nutrición, Alimentación y Salud.

CE7 Asumir la relación existente entre Nutrición y Salud, y la importancia de la dieta en el tratamiento y prevención de las enfermedades.

## PROGRAMA



## PROGRAMA TEÓRICO

1. Guías alimentarias y patrones alimentarios
2. Índices de calidad de la dieta
3. Dieta Western y salud
4. Dieta Paleolítica y salud
5. Dieta mediterránea y salud
6. Dieta DASH y salud
7. Dieta Prudent y salud
8. Dieta Okinawa y salud
9. Dieta Atlántica y salud
10. Dieta Nórdica y salud
11. Dietas basadas en plantas. Dietas vegetarianas, provegetariana y salud

## PROGRAMA PRÁCTICO

- Seminarios de trabajo en grupo: 22 noviembre de 12.00-14.00 h (Aula 0c04) y 23 noviembre de 12.00-14.00 h (Aula 0E02)
- Patrones alimentarios y guías alimentarias: 27 noviembre de 9.00-11.00 h (Aula 0E02)
- Índices de dieta saludable: 28 noviembre de 12.00-14.00 h (Aula 0E02)

## ACTIVIDADES FORMATIVAS

### Clases teóricas (8 h)

### Seminarios (8 h)

### Trabajo en grupo (20 h):

**"Patrones alimentarios y salud. Aplicaciones y limitaciones en la práctica".** Al comienzo de la asignatura se darán todos los detalles sobre este trabajo. Además, se organizarán seminarios de trabajo supervisados por las profesoras para facilitar el trabajo a realizar - ver apartado horarios de clases-.

### Exposiciones orales (3 h)

### Tutorías con el profesor (1 h)

**Examen (2 h)** de preguntas cortas sobre cuestiones vistas en las clases teóricas y en los seminarios.

### Estudio personal (33 h)

## EVALUACIÓN

### CONVOCATORIA ORDINARIA

**Examen de preguntas cortas** (60% nota final) sobre cualquier contenido visto en la asignatura, tanto de clases teóricas como de seminarios.



# Universidad de Navarra

Trabajo "Patrones alimentarios y salud. Aplicaciones y limitaciones en la práctica" (30% de la nota final: 20 % Memoria y 10% Exposición oral)

Asistencia y participación (10% de la nota final)

## CONVOCATORIA EXTRAORDINARIA

En la convocatoria extraordinaria, la evaluación será similar a la convocatoria ordinaria en cuanto al peso en la calificación de los distintos apartados a evaluar.

En caso de no superar el examen, se realizará otro examen de preguntas cortas. En caso de no superar el trabajo en grupo, será necesario realizar y exponer oralmente un trabajo individual. Se guardará la nota obtenida por el alumno en el apartado de asistencia y participación.

## HORARIOS DE ATENCIÓN

Dra. Susana Santiago Neri ([ssantiago@unav.es](mailto:ssantiago@unav.es))

- Despacho 2450 Edificio de Investigación. Planta 2
- Confirmar por mail fecha y hora de tutoría.

Dra. Itziar Zazpe García ([izazpe@unav.es](mailto:izazpe@unav.es))

- Despacho 2410 Edificio de Investigación. Planta 2
- Confirmar por mail fecha y hora de tutoría.

## BIBLIOGRAFÍA

**BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA:** En ADI se facilitará bibliografía y recursos específicos de cada tema

### BIBLIOGRAFÍA BÁSICA:

A Systematic Review of the Methods Used to Assess and Report Dietary Patterns. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35694166/>

A Series of Systematic Reviews on the Relationship Between Dietary Patterns and Health Outcomes. USDA <https://nesr.usda.gov/sites/default/files/2019-06/DietaryPatternsReport-FullFinal2.pdf>

Dietary Patterns and All-Cause Mortality: A Systematic Review. USDA <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35258870/>

Dietary pattern *analysis*: a new direction in nutritional epidemiology. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11790957/>

Dietary Patterns Methods Project: <https://epi.grants.cancer.gov/dietary-patterns/>

Dietary patterns and health outcomes: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/15054348>



Universidad  
de Navarra

Food based dietary patterns and chronic disease prevention: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29898951/>

**ENLACES DE INTERÉS:**

Fundación Española de Dieta Mediterránea. <http://dietamediterranea.com/>

Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. [www.nutricioncomunitaria.org/](http://www.nutricioncomunitaria.org/)

AJCN: American Journal of Clinical Nutrition. <http://www.ajcn.org>

FDA: Food and Drug Administration. U.S. Department of Health and Human Services. <http://www.fda.gov>

FENS. Federation of European Nutrition Societies. <http://www.fensnutrition.eu/>

FESNAD: Federacion Española de Nutrición, Alimentación y Dietética. <http://www.fesnad.org/>

IUNS: International Union of Nutritional Sciences. <http://www.iuns.org>

NS: Nutrition Society. <http://www.nutsoc.org.uk>

OMS: Organización Mundial de la Salud. <http://www.who.int/en/>

Departamento de Medicina Preventiva y Salud Pública. <http://www.unav.edu/departamento/preventiva/publisun>

SEN: Sociedad Española de Nutrición. <http://www.sennutricion.org>