

PROGRAMA DE ACTIVIDAD CURRICULAR PARA CURSOS DE FORMACIÓN GENERAL

1) IDENTIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD CURRICULAR			
ACTIVIDAD CURRICULAR:	Alimentarse y nutrirse en los tiempos actuales		
NOMBRE DOCENTE	Daniela Aravena Cáceres		
CAMPUS (día y jornada am/pm)	Martes: 10:15 – 11:45 horas Modalidad en línea		
LINEA	Formación Transversal		
CÓDIGO	CFG2030-1	TIPO DE ACTIVIDAD	Electiva
CRÉDITOS SCT-Chile	3	SEMANAS	17
TIEMPO DE DEDICACIÓN SEMANAL			
TIEMPO DE DEDICACIÓN TOTAL	TIEMPO DE DOCENCIA DIRECTA	TIEMPO DE TRABAJO AUTÓNOMO	
4,5 hrs.	1,5 hrs.	3 hrs.	

2) DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD CURRICULAR
<p>Asignatura destinada a la revisión y reflexión crítica y generación de herramientas personales que contribuyan al autocuidado en salud, a través de la exploración de diferentes concepciones asociados a alimentación y nutrición en el mundo actual y cómo éstas interactúan con las particularidades de los diversos estilos de vida de las personas; entendiendo que la adopción de hábitos saludables se asocia a componentes sociales, económicos, culturales y territoriales que se derivan de ello. Parte esencial de la reflexión y generación de herramientas de autocuidado es entender que la alimentación, a pesar de ser un hábito diario, se ve influenciada por diversos factores que escapan al conocimiento teórico y la elección individual.</p> <p>Contribuye al desarrollo de los sellos formativos de la UOH relativos al “Compromiso con el desarrollo humano sostenible”, propiciando el desarrollo personal y profesional en base a una relación y entendimiento de las actividades humanas respecto al entorno; “Compromiso con el aprendizaje permanente”, incorporando la valoración del aprendizaje como un elemento esencial para un desempeño actualizado y reflexivo, desde una perspectiva de mejora continua. Finalmente desarrolla componentes del sello de Calidad de Vida UOH, entendidas como salud mental y física, bienestar, convivencia y derechos e igualdad de oportunidades.</p>

3) COMPETENCIA GÉNÉRICA Y RESULTADOS DE APRENDIZAJE	
COMPETENCIA GÉNÉRICA	RESULTADOS DE APRENDIZAJE
Competencia: Pensamiento Crítico Nivel de dominio: Comprensivo Cuestiona la realidad, reconoce que los juicios requieren fundamentación y valora la opinión de otros.	RA1: Proponer alternativas de solución, dese el análisis crítico de la información, situación o contexto. RA2: Argumentar sus conclusiones sobre la base de evidencias y del análisis crítico de distintas fuentes de información.

<p>Competencia: Trabajo en Equipo Nivel de dominio: Comprensivo Coopera con el propósito del equipo participando de forma propositiva.</p>	<p>RA3: Valorar las ideas que aportan los otros miembros del equipo, para dar una solución consensuada frente a una situación o problema.</p>
--	---

4) UNIDADES DE APRENDIZAJE Y CONTENIDOS				
Unidad I Conceptos básicos de alimentación y nutrición	3	<p>RA1: Proponer alternativas de solución, dese el análisis crítico de la información, situación o contexto.</p> <p>RA2: Argumentar sus conclusiones sobre la base de evidencias y del análisis crítico de distintas fuentes de información.</p>	<p>Indicadores de logro RA1:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Diferencia hechos objetivos de opiniones y valoraciones. - Argumenta sus juicios desde modelos y valores que los sustentan 	<ul style="list-style-type: none"> - Conceptos en alimentación y nutrición. - Clasificación de Alimentos: Nutrientes y Función. - Guías Alimentarias. - Componentes de una alimentación saludable.
Unidad II Hábitos alimentarios, bienestar y calidad de vida	5	<p>RA3: Valorar las ideas que aportan los otros miembros del equipo, para dar una solución consensuada frente a una situación o problema.</p>	<p>Indicadores de logro RA2:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Expresa juicios y valoraciones considerando los argumentos de los/las demás 	<ul style="list-style-type: none"> - Hábitos alimentarios - Hábitos de sueño - Hábitos de actividad física - Educación para la sostenibilidad - Efectos de los hábitos en el bienestar y calidad de vida
Unidad III Hábitos alimentarios desde una mirada multifactorial	5		<p>Indicadores de logro RA3:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Asume las decisiones de grupo como resultado de la discusión. 	<ul style="list-style-type: none"> - Alimentación, nutrición y su rol en el medio ambiente - Aspectos sociales que influyen en los hábitos alimentario nutricionales - Aspectos económicos que influyen en los hábitos alimentario nutricionales - Aspectos culturales que influyen en los hábitos alimentario nutricionales - Aspectos territoriales que influyen en los hábitos alimentario nutricionales
Unidad IV Tendencias en alimentación y cultura de dieta	4			<ul style="list-style-type: none"> - Tendencias en alimentación y nutrición y su influencia en el estado de salud y bienestar - Cultura de dieta - Comer emocional - Alimentación intuitiva - Se trabajarán temas grupales que serán propuestas de manera voluntaria por los grupos de trabajo (tales como dieta mediterránea, dieta cetogénica, ayuno intermitente, dietas de depuración, dieta paleo, veganismo)

5) RECURSOS Y METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE
<p>Sesiones virtuales sincrónicas: vía “Zoom”, tendrán una duración 90 minutos y se realizarán dentro del bloque horario destinado a la asignatura con el fin entregar contenidos, analizar textos, responder dudas de los contenidos vistos en material de profundización, etc.</p> <p>Cápsulas educativas: videos de diferentes contenidos de la asignatura para estudio autónomo.</p> <p>Material de profundización: distintos recursos que se enviarán a los estudiantes para que profundicen en los contenidos presentados en las clases, por ejemplo: artículos de investigación, apuntes, documentales, guías ministeriales, etc.</p>

Foros: actividad individual de participación en foros para la discusión de temáticas.

Talleres individuales / grupales: actividades individuales / grupales para que los estudiantes apliquen el conocimiento adquirido, integrando contenidos teóricos, por ejemplo: análisis de casos, preguntas de reflexión en torno a un documento, mapas conceptuales, análisis de documental, etc.

Exposiciones grupales: actividades grupales destinada a la presentación de una temática de interés para la posterior discusión en el curso.

ESTRATEGIAS Y METODOLOGÍAS DE EVALUACIÓN			
RESULTADO DE APRENDIZAJE	ACTIVIDAD O METODOLOGÍA DE EVALUACIÓN	INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN	PONDERACIÓN
RA 1 - RA 2	Certamen escrito individual (1 actividad)	Rúbrica SEMANA 8	25% de la nota de presentación
RA 1 - RA 2 - RA 3	Foro individual (2 actividades)	Rúbrica SEMANA 3 SEMANA 11	20% de la nota de presentación El 20% se obtiene del promedio simple de ambos foros individuales
RA 1 - RA 2 - RA 3	Análisis documental grupal de material audiovisual (1 actividad)	Rúbrica SEMANA 13	10% de la nota de presentación
RA 1 - RA 2	Análisis documental individual de material audiovisual (1 actividad)	Rúbrica SEMANA 5	15% de la nota de presentación
RA 1 - RA 2 - RA 3	Presentación grupal sobre tema de elección en temática de Tendencias en Alimentación (1 actividad)	Rúbrica SEMANA 15- 16	20% de la nota de presentación
RA 3	Coevaluación grupal (2 actividades)	Pauta de evaluación SEMANA 13 – 15/16	10% de la nota de presentación El 10% se obtiene del promedio simple de las 2 actividades grupales (análisis documental, presentación grupal)

6) CONDICIONES DE EVALUACIÓN Y APROBACIÓN

El rendimiento académico de las/los estudiantes será expresado en la escala de notas de 1,0 a 7,0 hasta con un decimal de aproximación. Las centésimas inferiores al dígito 5 no afectarán a la décima. Las centésimas iguales o superiores al dígito 5, se aproximan a la décima superior. La nota mínima de aprobación será 4,0 con exigencia de un 60%.

Esta asignatura NO considera examen final, por lo que la Nota de Presentación considera el 100% de las notas de la asignatura. Esta asignatura es aprobada con una Nota de Presentación igual o superior a 4,0.

NOTAS:

- **Se exigirá una asistencia mínima del 75% a las clases virtuales sincrónicas (u otra actividad semanal equivalente considerada en calendarización de la asignatura) para la aprobación del curso. En caso de no cumplir con ese porcentaje de asistencia mínima, se dará por reprobada la asignatura, independiente de las calificaciones que el/la estudiante tenga.**
- Para este curso de carácter virtual y sincrónico, se exigirá a las y los estudiantes el mantener la cámara prendida durante cada intervención realizada.
- La asistencia a evaluaciones es obligatoria. Quienes no asistan, deben justificar su inasistencia en base a los conductos regulares de la UOH (DAE). Teniendo una inasistencia justificada podrá optar a una evaluación recuperativa.
- La asistencia a actividades prácticas (talleres, presentaciones orales, entre otros) será de CARÁCTER OBLIGATORIO para todos los estudiantes conforme al artículo 46 del Reglamento de estudios de pregrado. Teniendo una inasistencia justificada podrá optar a una evaluación recuperativa.
- En caso de que un/a estudiante sea sorprendido/a realizando plagio o copia se evaluará con nota mínima.
- Quienes no contesten las co-evaluaciones en los plazos establecidos tendrán como calificación la nota mínima (1,0) independiente de la nota asignada por su grupo. Quienes tengan un promedio de co-evaluación por actividad de 1,0 además serán calificados con nota mínima (1,0) en dicha actividad.

7) BIBLIOGRAFÍA OBLIGATORIA

UNIDAD	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	TIPO DE RECURSO
I, II, III, IV	Hernández, R.I.E., Correa, S.M.M., & Correa, J.L.M. (2018). Nutrición y salud. 3ª edición. Editorial Manual Moderno.	Digital

8) BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

UNIDAD	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	TIPO DE RECURSO
I, II, III, IV	Cornejo, V., Cruchet, S. (2014) Nutrición en el ciclo vital. Editorial Mediterráneo Ltda.	Digital
I, II, III, IV	Ministerio de Salud. Departamento de Nutrición y Alimentos (https://dipol.minsal.cl/departamentos-2/nutricion-y-alimentos/)	Digital
I, II, III, IV	Moya, M.O. (Ed.) (2022). El quehacer de la salud pública. Divergencias e inequidades en salud. Santiago de Chile: FLACSO-Chile, Universidad de Chile. https://inta.uchile.cl/dam/jcr:1a619798-4467-4aed-b1dd-edc20e08dd4e/El_quehacer_de_la_salud_publica.pdf	Digital
II, III, IV	Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos. Manual de pérdidas y desperdicios de alimentos. https://inta.uchile.cl/dam/jcr:5fb7838c-37d8-4c8d-ac13-1bf2a5b1d972/Manual_de_perdidas_y_desperdicios_alimentos.pdf	Digital

II, III, IV	Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos. Guías Alimentarias para Chile. https://inta.uchile.cl/dam/jcr:172e84b7-7310-4974-b50d-2e1005221e63/guias-alimentarias-para-chile-2023.pdf	Digital
II, III, IV	Biblioteca MINSAL: Marco conceptual sobre los factores condicionantes de los ambientes alimentarios en Chile. http://www.bibliotecaminsal.cl/marco-conceptual-sobre-los-factores-condicionantes-de-los-ambientes-alimentarios-en-chile/	Digital

EQUIPO DOCENTE RESPONSABLE DEL DISEÑO	Daniela Aravena Cáceres
RESPONSABLE(S) DE VALIDACIÓN	
FECHA DE ENTRADA EN VIGENCIA	