



## PRESENTACIÓN

### Breve descripción

En el ámbito de la epidemiología nutricional, existe un interés creciente por estudiar la asociación entre la salud y los patrones alimentarios en su conjunto, y que complementa la evidencia sobre el efecto aislado de ciertos alimentos, nutrientes o compuestos bioactivos.

**Asignatura:** Patrones alimentarios y salud

- **Titulación:** Máster Universitario de Gestión e Innovación Nutricional en Empresas Alimentarias (MINEA)
- **Módulo/Materia:** Nuevas tendencias en nutrición y salud
- **ECTS:** 2
- **Curso, semestre:** 1º semestre
- **Carácter:** Obligatorio
- **Profesorado:** Susana Santiago (Responsable), Susana Santiago (ssantiago@unav.es), tziar Zazpe (izazpe@unav.es) y Ujué Fresán (ujuefresan@gmail.com)
- **Idioma:** Castellano

## RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Competencias)

RA1. Comprender los últimos avances de investigación en nutrición y salud para aplicarlos al diseño de alimentos y dietas saludables y sostenibles.

## PROGRAMA

Patrones alimentarios: marco conceptual

Estudio de patrones alimentarios desde la epidemiología nutricional: patrones a priori y a posteriori

Sostenibilidad alimentaria

Patrones alimentarios más relevantes en el ámbito de la salud pública y patrones emergentes:

- Dieta Western
- Dieta DASH
- Dieta Paleolítica y PEGAN
- Dieta MIND
- Dieta Mediterránea
- Dieta de salud planetaria



Universidad  
de Navarra

- Dieta Atlántica
- Dieta Prudent
- Dieta Okinawa
- Dieta Nórdica
- Dietas basadas en plantas.
- Dietas vegetarianas y veganas

## **ACTIVIDADES FORMATIVAS**

Clases presenciales teóricas: 10 horas

Clases presenciales prácticas y talleres: 8 horas

Conferencias: 2 horas

Trabajo dirigido en grupo: 8 horas

Tutorías con el profesor: 1 h

Trabajo no presencial del alumno: 19h

Examen: 2 horas

## **EVALUACIÓN**

### **CONVOCATORIA ORDINARIA**

Examen de test y/o preguntas cortas: 50% nota final. Nota mínima requerida: 5.

Trabajo en grupo "Patrones alimentarios y salud. Aplicaciones y limitaciones en la práctica":  
30% de la nota final (15% Memoria y 15% Exposición oral)

Asistencia y participación (20% 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.



Universidad  
de Navarra

## **HORARIOS DE ATENCIÓN**

Concertar entrevista por correo electrónico:

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

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

Ujué Fresán ([ujuefresan@gmail.com](mailto:ujuefresan@gmail.com))

## **BIBLIOGRAFÍA Y RECURSOS**

En ADI se facilitará bibliografía y recursos específicos de cada tema