

# PRÁCTICAS INTEGRADAS DE NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA

L. Fuentes Broto, J.J. García García, F.J. Miana Mena y M. Castro López

Departamento de Farmacología y Fisiología. Contacto: lfuentes@unizar.es

## Contexto y objetivos

Nutrición y Actividad Física se imparte como obligatoria del segundo curso de la Diplomatura de Nutrición Humana y Dietética. El objetivo principal de la asignatura es que el alumno sea capaz de desarrollar actividades orientadas a la alimentación y nutrición de los deportistas.

Se diseñó el conjunto de las prácticas de la asignatura para poder afianzar los conocimientos adquiridos en las clases teóricas, intentando acercar al alumno a una vertiente de trabajo profesional dentro del campo de la nutrición deportiva mediante la valoración y diseño de dietas para situaciones y deportes concretos. Por otro lado se intentó que mediante la metodología utilizada el alumno fuera capaz de desarrollar diversas competencias genéricas.

## Metodologías

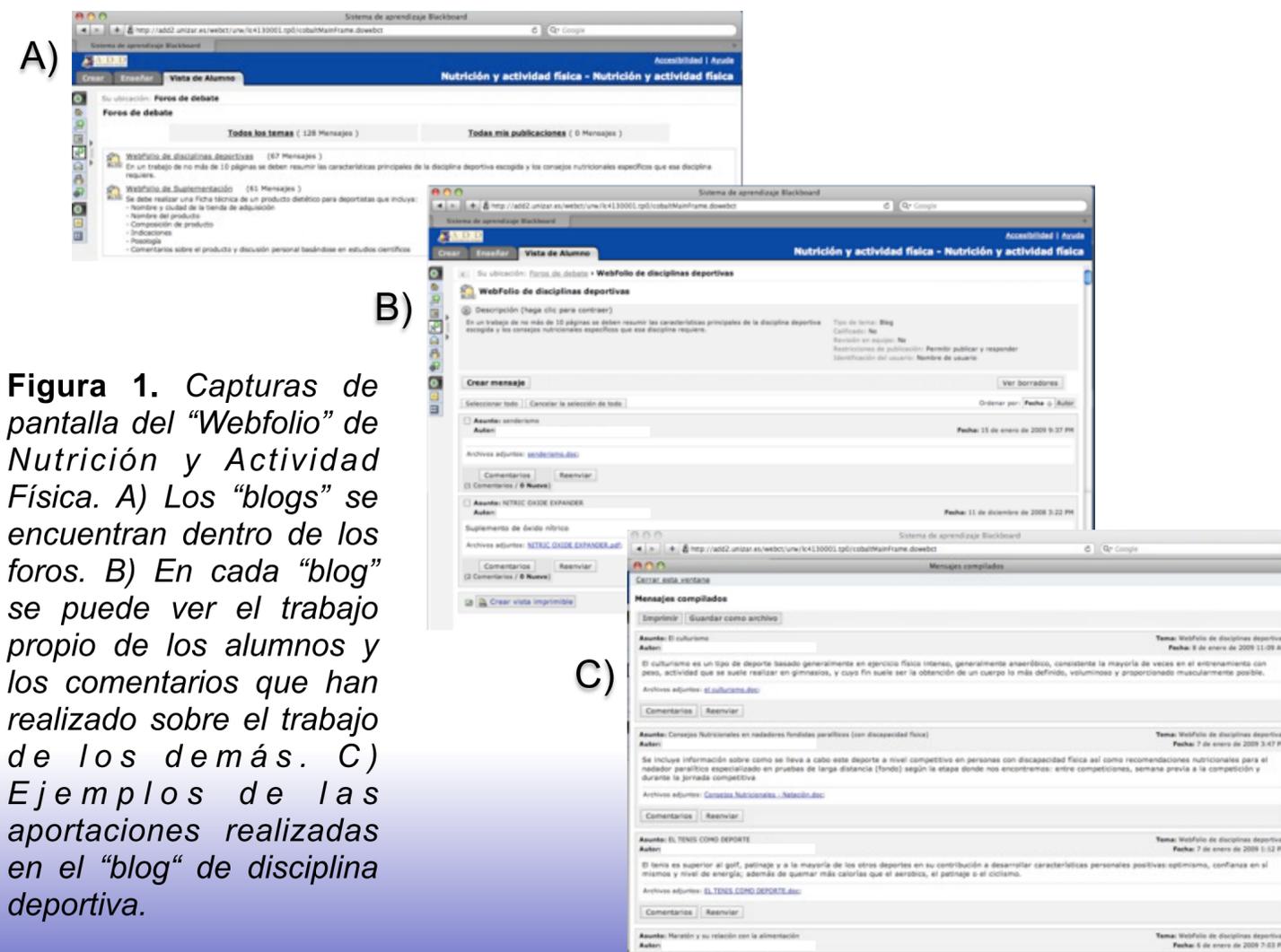
Integración entre metodologías presenciales: clases magistrales, prácticas de laboratorio, seminarios; y no presenciales a través del Anillo Digital Docente (ADD) de la Universidad de Zaragoza. Los alumnos fueron mostrando todo su trabajo en una zona especial que denominamos “WebFolio” dentro del ADD de la asignatura, de tal forma que cada alumno pudo evaluar y comentar los trabajos del resto de compañeros.

## Resultados y conclusión

El conjunto del WebFolio contuvo 128 mensajes que mostraban el trabajo propio de los alumnos y los comentarios que ellos mismos realizaban sobre el trabajo de los compañeros, demostrando así el trabajo colaborativo realizado (Figura 1).

La conclusión principal fue que la utilización del “Webfolio” mejoró el desarrollo de las competencias genéricas, dado que favoreció la capacidad de análisis y síntesis; ayudó a la comunicación escrita en lengua nativa; aumentó los conocimientos de informática relativos al ámbito de estudio; potenció la toma de decisiones, facilitó el trabajo en equipo y contribuyó a la motivación por la asignatura.

Proyecto financiado por la Universidad de Zaragoza, convocatorias de Innovación Docente PIIDUZ\_08\_2\_242.



**Figura 1.** Capturas de pantalla del “Webfolio” de Nutrición y Actividad Física. A) Los “blogs” se encuentran dentro de los foros. B) En cada “blog” se puede ver el trabajo propio de los alumnos y los comentarios que han realizado sobre el trabajo de los demás. C) Ejemplos de las aportaciones realizadas en el “blog” de disciplina deportiva.