

Dirección Xeral de Formación Profesional
Rede de Integrados de Formación Profesional

Modelo programación probas libres Programación de módulo

Módulo: Alimentación equilibrada

Profesor/a: M^a Josefa Carnota Fernández

Curso: 2023 - 2024

CIFP: Ánxel Casal Monte Alto

1 Identificación da programación

1.1 Centro educativo

Código	Centro	Concello	Ano académico
	CIFP ANXEL CASAL MONTE ALTO	A CORUÑA	2023-24

1.2 Ciclo formativo

Código da familia profesional	Familia profesional	Código do ciclo formativo	Ciclo formativo	Grao	Réxime
SAN	Sanidade	CS19003	Dietética	Superior	Ordinario

1.3 Módulo profesional

Código MP	Nome	Horas
CS0436	ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA	290

1.4 Profesorado responsable

Elaboración	M ^a JOSEFA CARNOTA FERNÁNDEZ
Impartición	M ^a JOSEFA CARNOTA FERNÁNDEZ

2 Resultados de aprendizaxe e criterios de avaliación

2.1 Primeira parte da proba

2.1.1 Capacidades terminais elementais (Recollidas no RD 317/1999 do 17 de Novembro)

Capacidades terminais elementais do currículo
▪ Analizar as características anatómicas, fisiolóxicas e conductuais que inflúen no estado nutricional dos individuos e dos colectivos.
▪ Analizar os requirimentos nutritivo-dietéticos dun individuo e/ou colectivo en función da súa idade, actividade e características fisiolóxicas.
▪ Explicar a influencia das condicións socio-económicas, culturais e xeográficas nos hábitos alimentarios dun individuo e dun colectivo, especialmente na poboación da galega, para telas en conta á hora de elaborar e supervisar dietas
▪ Describir as características bromatolóxicas dos alimentos, relacionándoas co grupo ó que corresponden, e identificar os principios inmediatos que compoñen os alimentos
▪ Establecer os parámetros e medidas antropométricas necesarias para avaliar o estado nutricional do paciente ou cliente
▪ Seleccionar e utilizar os equipos somatométricos e as técnicas necesarias para valorar o estado nutricional do paciente ou cliente.

- Describir as implicacións que se poden derivar para o estudo e valoración do estado nutricional dunha persoa e dos resultados de uso frecuente en dietética.
- Diseñar e realizar enquisas alimentarias para avaliar os hábitos alimentarios do paciente ou cliente.
- Efectuar a historia dietética adaptada do paciente cliente, reflectindo tódolos datos e medidas obtidos
- Establecer as necesidades bioenerxéticas e calcular o gasto enerxético da persoa relacionándoo co papel biolóxico dos alimentos e cos procesos bioquímicos fundamentais dos principais nutrientes.
- Elaborar dietas que cubran as necesidades nutricionais dunha persoa ou colectivo en función da súa idade, estado fisiolóxico e actividade física.
- Manexar as táboas de composición de alimentos para confeccionar dietas que cubran as necesidades nutricionais recomendadas.
- Analizar e aplicar as estratexias que favorezan a comprensión, aceptación e seguimento da dieta por parte do paciente.
- Establecer a temporalización e método de control da evolución e eficacia dunha dieta establecida para unha persoa ou colectivo.
- Utilizar programas informáticos para a valoración do estado nutricional e para a elaboración, seguimento e avaliación de dietas alimentarias

2.1.2 Aspectos a avaliar para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Aspectos a avaliar
▪ Descríbense e utilízanse as táboas de composición de alimentos e de requirimentos nutritivos así como as definicións EFSA.
▪ Clasifícanse, e describíronse e identifícanse os distintos tipos de macronutrientes da dieta .
▪ Clasifícanse, describíronse e identifícanse os distintos tipos de macronutrientes da dieta.
▪ Decríbense as función dos macronutrientes e indicóronse as fontes alimentarias e as inxestas recomendadas.
▪ Descríbense e clasificaron as vitaminas. Identifícanse as súas funcións as Inxestas recomendadas e as fontes alimentarias.
▪ Descríbense e clasificaron os minerais. Identifícanse as súas funcións as inxestas recomendadas e as fontes alimentarias.
▪ Identifícanse os problemas que poden ocasionar o déficit ou exceso de H de C, proteínas, graxas, vitaminas e minerais.
▪ Analizáronse as necesidades de auga no organismo.
▪ Explicáronse as características bromatolóxicas do leite, carnes, pescados e ovos, así como das súas variedades e derivados.
▪ Explicáronse as características bromatolóxicas dos cereais, legumes e froitos secos así como das súas variedades e derivados.
▪ Explicáronse as características bromatolóxicas das patacas, froitas, verduras e graxas así como das súas variedades e derivados.
▪ Explicáronse as características e limitacións da inxestión de alimentos estimulantes, e bebidas.
▪ Identifícanse as principais modificacións sufridas por os alimentos tras o cociñado.
▪ Recoñecéronse e utilizaron as distintas guías alimentarias precisándose as racións recomendadas.
▪ Definíronse aspectos fundamentais de alimentación en Galicia e analizáronse os hábitos alimentarios en diferentes zoas xeográficas de Galicia.
▪ Descríbense os criterios que permiten establecer os cálculos o MB e o GET en función do estado fisiolóxico das persoas e do nivel de actividade física.

▪ Definíronse as técnicas de calorimetría, as unidades de enerxía .
▪ Interpretáronse e utilizaron as táboas de crecemento e os percentiles aplicados as medidas antropométricas.
▪ Medíronse e valoráronse os datos obtidos para estudos antropométricos realizados ao paciente/cliente co fin de determinar as súas necesidades nutricionais.
▪ Calculáronse e utilizáronse e interpretáronse as distintas fórmulas dos índices, indicadores e circunferencias, áreas, pesos necesarios para a valoración do paciente/cliente.
▪ Describiuse e recoñeceu o material necesario para a toma de medidas antropométricas. Explicouse a toma de medidas antropométricas.
▪ Describíronse os parámetros bioquímicos, biolóxicos e inmunolóxicos e a súa importancia para a valoración do estado nutricional das persoas.
▪ Describíronse as características e obxectivos das distintas enquisas dietéticas.
▪ Definíronse e aplicáronse adecuadamente as distintas enquisas dietéticas tanto a nivel familiar como individual.
▪ Describíronse os distintos métodos para a elaboración de dietas .
▪ Identificáronse os parámetros de calidade dunha dieta y os obxectivos nutricionais.
▪ Elaborouse unha dieta adaptada tendo en conta as equivalencias e o reparto o longo do día así como os parámetros de calidade.
▪ Explicáronse os cambios fisiolóxicos que ocorren durante o embarazo e analizáronse as necesidades de enerxía e nutrientes.
▪ Analizáronse as necesidades de enerxía e nutrientes da muller lactante; a composición nutritiva e os beneficios do leite materno.
▪ Analizáronse as necesidades nutricionais e enerxéticas en nenos, adolescentes e adultos.
▪ Describíronse as características das distintas variedades de alimentación complementaria no lactante e as súas necesidades de enerxía e nutrientes.
▪ Explicáronse os cambios fisiolóxicos que ocorren durante a terceira idade e analizáronse as necesidades de enerxía e nutrientes.
▪ Describíronse os distintos factores que inflúen na alimentación individual e colectiva.
▪ Analizáronse os hábitos alimentarios das distintas poboacións e culturas afincadas en Galicia.
▪ Definíronse as características dos distintos tipos de restauración colectiva .
▪ Analizáronse as características dos comedores escolares e de residencias de anciáns e describíronse os pasos necesarios para a planificación de dietas nestes colectivos.

2.2 Segunda parte da proba

2.2.1 Capacidades terminais elementais (Recollidas no RD 317/1999 do 17 de Novembro)

Capacidades terminais elementais
▪ Analizar as características anatómicas, fisiolóxicas e conductuais que inflúen no estado nutricional dos individuos e dos colectivos.
▪ Analizar os requirimentos nutritivo-dietéticos dun individuo e/ou colectivo en función da súa idade, actividade e características fisiolóxicas.
▪ Establecer os parámetros e medidas antropométricas necesarias para avaliar o estado nutricional do paciente ou cliente
▪ Seleccionar e utilizar os equipos somatométricos e as técnicas necesarias para valorar o estado nutricional do paciente ou cliente.

▪ Efectuar a historia dietética adaptada do paciente cliente, reflectindo tódolos datos e medidas obtidos
▪ Establecer as necesidades bioenerxéticas e calcular o gasto enerxético da persoa relacionándoo co papel biolóxico dos alimentos e cos procesos bioquímicos fundamentais dos principais nutrientes
▪ Elaborar dietas que cubran as necesidades nutricionais dunha persoa ou colectivo en función da súa idade, estado fisiolóxico e actividade física.
▪ Manexar as táboas de composición de alimentos para confeccionar dietas que cubran as necesidades nutricionais recomendadas.
▪ Establecer a temporalización e método de control da evolución e eficacia dunha dieta establecida para unha persoa ou colectivo
▪ Utilizar programas informáticos para a valoración do estado nutricional e para a elaboración, seguimento e avaliación de dietas alimentarias.

2.2.2 Aspectos a avaliar para a verificación da consecución dos obxectivos por parte do alumnado

Aspectos a avaliar
▪ Descríbense e utilízanse as táboas de composición de alimentos e de requirimentos nutritivos así como as definicións EFSA
▪ Analízanse as función dos macronutrientes e indicáronse as fontes alimentarias e as inxestas recomendadas
▪ Descríbense e clasificaron as vitaminas. Identifícanse as súas funcións as inxestas recomendadas e as fontes alimentarias.
▪ Descríbense e clasificaron os minerais. Identifícanse as súas funcións as inxestas recomendadas e as fontes alimentarias.
▪ Recoñécéronse e utilizaron as distintas guías alimentarias precisándose as racións recomendadas
▪ Descríbense os criterios que permiten establecer os cálculos o MB e o GET en función do estado fisiolóxico das persoas e do nivel de actividade física
▪ Interpretáronse e utilizaron as táboas de crecemento e os percentiles aplicados as medidas antropométricas.
▪ Medíronse e valoráronse os datos obtidos para estudos antropométricos realizados ao paciente/cliente co fin de determinar as súas necesidades nutricionais.
▪ Calculáronse e utilízanse e interpretáronse as distintas fórmulas dos índices, indicadores e circunferencias, áreas, pesos necesarios para a valoración do paciente/cliente
▪ Describiuse e recoñeceuse o material necesario para a toma de medidas antropométricas. Explicouse a toma das medidas antropométricas
▪ Descríbense os parámetros bioquímicos, biolóxicos e inmunolóxicos e a súa importancia para a valoración do estado nutricional das persoas.
▪ Descríbense os distintos métodos para a elaboración de dietas
▪ Identifícanse os parámetros de calidade dunha dieta y os obxectivos nutricionais
▪ Elaborouse unha dieta adaptada tendo en conta as equivalencias e o reparto o longo do día así como os parámetros de calidade.
▪ Propuxéronse dietas adaptadas que satisfagan as necesidade de enerxía e nutrientes en embarazadas e mulleres lactantes
▪ Propuxéronse dietas adaptadas que satisfagan as necesidade de enerxía e nutrientes en adolescentes, e adultos.
▪ Propuxéronse dietas adaptadas que satisfagan as necesidade de enerxía e nutrientes na terceira idade.

3 Mínimos esixibles para alcanzar a avaliación positiva e os criterios de cualificación

3.1. Mínimos esixibles

- Descríbóronse e utilizáronse as táboas de composición de alimentos e de requirimentos nutritivos así como as definicións EFSA.
 - Clasifícanse, e describíronse e identificáronse os distintos tipos de macronutrientes da dieta .
 - Descríbóronse a función dos macronutrientes e indicáronse as fontes alimentarias e as inxestas recomendadas.
 - Descríbóronse e clasificaron as vitaminas. Identificáronse as súas funcións as inxestas recomendadas e as fontes alimentarias.
 - Descríbóronse e clasificaron os minerais. Identificáronse as súas funcións as inxestas recomendadas e as fontes alimentarias.
 - Identificáronse os problemas que poden ocasionar o déficit ou exceso de H de C, proteínas, graxas, vitaminas e minerais ▪ Explicáronse as características bromatolóxicas do leite, carnes, pescados e ovos, así como das súas variedades e derivados.
 - Explicáronse as características bromatolóxicas dos cereais, legumes e froitos secos así como das súas variedades e derivados.
 - Explicáronse as características bromatolóxicas das patacas, froitas, verduras e graxas así como das súas variedades e derivados.
 - Recoñécéronse e utilizaron as distintas guías alimentarias precisándose as racións recomendadas.
 - Definíronse aspectos fundamentais de alimentación en Galicia e analizáronse os hábitos alimentarios en diferentes zoas xeográficas de Galicia.
 - Descríbóronse os criterios que permiten establecer os cálculos o MB e o GET en función do estado fisiolóxico das persoas e do nivel de actividade física.
 - Definíronse as técnicas de calorimetría, as unidades de enerxía .
 - Interpretáronse e utilizaron as táboas de crecemento e os percentiles aplicados as medidas antropométricas.
 - Medíronse e valoráronse os datos obtidos para estudos antropométricos realizados ao paciente/cliente co fin de determinar as súas necesidades nutricionais..
 - Calculáronse e utilizáronse e interpretáronse as distintas fórmulas dos índices, indicadores e circunferencias, áreas, pesos necesarios para a valoración do paciente/cliente.
 - Describiuse e recoñeceu o material necesario para a toma de medidas antropométricas. Explicouse a toma das medidas antropométricas.
 - Descríbóronse os parámetros bioquímicos, biolóxicos e inmunolóxicos e a súa importancia para a valoración do estado nutricional das persoas.
 - Descríbóronse as características e obxectivos das distintas enquisas dietéticas.
 - Definíronse e aplicáronse adecuadamente as distintas enquisas dietéticas tanto a nivel familiar como individual.
 - Descríbóronse os distintos métodos para a elaboración de dietas .
 - Identificáronse os parámetros de calidade dunha dieta y os obxectivos nutricionais.
 - Elaborouse unha dieta adaptada tendo en conta as equivalencias e o reparto o longo do día así como os parámetros de calidade.
 - Explicáronse os cambios fisiolóxicos que ocorren durante o embarazo e analizáronse as necesidades de enerxía e nutrientes.
 - Analizáronse as necesidades de enerxía e nutrientes da muller lactante e a composición nutritiva e os beneficios do leite materno.
 - Propuxéronse dietas adaptadas que satisfagan as necesidade de enerxía e nutrientes en embarazadas e mulleres lactantes.
 - Analizáronse as necesidades nutricionais e enerxéticas en nenos e adolescentes.
 - Propuxéronse dietas adaptadas que satisfagan as necesidade de enerxía e nutrientes en adolescentes.
 - Explicáronse os cambios fisiolóxicos que ocorren durante a terceira idade e analizáronse as necesidades de enerxía e nutrientes.
 - Propuxéronse dietas adaptadas que satisfagan as necesidade de enerxía e nutrientes na terceira idade.
 - Descríbóronse os distintos factores que inflúen na alimentación individual e colectiva
 - Analizáronse os hábitos alimentarios das distintas poboacións e culturas afincadas en Galicia
-
- Definíronse as características dos distintos tipos de restauración colectiva
 - Analizáronse as características dos comedores escolares e de residencias de anciáns e describíronse os pasos necesarios para a planificación de dietas nestes colectivos.

3.2 Criterios de cualificación:

- 3.2.1. *Primeira proba:*
- Terá carácter eliminatorio e consistirá nun cuestionario de preguntas coas características que se indican no apartado 4.1 .
- Para a superación desta proba, o alumnado deberá acadar unha puntuación igual ou superior a 5 puntos. ▪ 3.2.2. *Segunda proba:*
- Consistirá na resolución de varios supostos prácticos
- Para a superación da proba práctica, o alumnado deberá acadar un mínimo de 5 puntos
- A cualificación final será, no caso de superar as dúas probas, a media aritmética da primeira e segunda parte das probas.

4 Características da proba e instrumentos necesarios para o seu desenvolvemento

4.1 Primeira parte da proba

- Esta parte da proba consistirá na resolución dun cuestionario con preguntas tipo test de resposta única. Por cada 3 respostas incorrectas descontarase unha correcta. As preguntas non respondidas non puntuarán, nin negativa nin positivamente.
- Dito cuestionario será entregado ó alumnado nun documento impreso e grampado, que non poderá ser desgrapado nin se lle poderán incorporar ao mesmo documentos alleos ao proceso.
- A proba, de carácter eliminatorio, puntuarase de 0 a 10, e requirirase un mínimo de 5 para a súa superación.
- A duración da proba será de 2 horas. Para a realización da mesma, será necesario o uso de bolígrafo de tinta indeleble de cor azul ou negra.
- Queda EXPRESAMENTE PROHIBIDO acceder ao local con teléfonos móbiles, tablets ou calquera outro material electrónico que poida ser empregado para a comunicación co exterior. Os aspirantes non poderán portar reloxo durante a proba, séndolles informado por parte do profesorado o tempo que se vai consumindo. No caso de sospeitas por parte do profesorado sobre o emprego de calquera material prohibido a persoa aspirante deberá abandonar a sala quedando excluída do proceso selectivo.
- O persoal aspirante deberá manter en todo momento os pabellóns auditivos descubertos, co pelo convenientemente recollido, non permitirase o emprego de gorras, fulares, veos ou calquera outro material que poida cubrir a cabeza nin o pescozo e as orellas, salvo situación médica xustificada e acreditada.
- Será necesaria a identificación dos/as aspirantes con DNI ou pasaporte, e una vez sentado deberá manter sobre a mesa o documento identificativo, para poder comprobar a súa identidade por parte do profesorado. Ante calquera dúbida ou consulta, non se pode abandonar o asento, deberá levantarse a man para ser atendida/o pola profesora.
- Una vez iniciada a proba colectiva, non se permitirá abandonar o aula ata pasados 20 minutos dende o momento fixado para o comezo da proba, non podendo abandonar o aula, tampouco, nos últimos 10 minutos da mesma, debendo permanecer neste caso á espera das instrucións do profesorado, para abano que deberá estar a disposición da comisión avaliadora, durante o desenvolvemento da proba.
- En caso de ter algunha dúbida concreta sobre as presentes instrucións deberá tratala de solucionar antes do inicio da proba dirixíndose a algún dos profesores presentes.

4.2 Segunda parte da proba

- As persoas que superen a primeira parte da proba realizarán a segunda, que tamén terá carácter eliminatorio. A proba, puntuarase de 0 a 10, e requirirase un mínimo de 5 puntos para a súa superación.
- A proba terá una duración máxima será de 2 horas e consistirá na resolución de un ou varios supostos prácticos e/ou preguntas curtas.
- Para a realización da mesma, será necesario o uso de bolígrafo de tinta indeleble de cor azul ou negra e calculadora non programable.
- Queda EXPRESAMENTE PROHIBIDO acceder ao local con teléfonos móbiles, tablets ou calquera outro material electrónico que poida ser empregado para a comunicación co exterior. Os aspirantes non poderán portar reloxo durante a proba, séndolles informado por parte do profesorado o tempo que se vai consumindo. No caso de sospeitas por parte do profesorado sobre o emprego de calquera material prohibido a persoa aspirante deberá abandonar a sala quedando excluída do proceso selectivo.
- O persoal aspirante deberá manter en todo momento os pabellóns auditivos descubertos, co pelo convenientemente recollido, non permitirase o emprego de gorras, fulares, veos ou calquera outro material que poida cubrir a cabeza nin o pescozo e as orellas, salvo situación médica xustificada e acreditada.
- Será necesaria a identificación dos/as aspirantes con DNI ou pasaporte, e una vez sentado deberá manter sobre a mesa o documento identificativo, para poder comprobar a súa identidade por parte do profesorado. Ante calquera dúbida ou consulta, non se pode abandonar o asento, deberá levantarse a man para ser atendida/o pola profesora.
- Una vez iniciada a proba colectiva, non se permitirá abandonar o aula ata pasados 20 minutos dende o momento fixado para o comezo da proba, non podendo abandonar o aula, tampouco, nos últimos 10 minutos da mesma, debendo permanecer neste caso á espera das instrucións do profesorado, para abano que deberá estar a disposición da comisión avaliadora, durante o desenvolvemento da proba.
- En caso de ter algunha dúbida concreta sobre as presentes instrucións deberá tratala de solucionar antes do inicio da proba dirixíndose a algún dos profesores presentes.