

## PROGRAMA DEL CURSO

### Gastronomía y salud. Aula experimental Cód. A07

#### **DIRECTORAS:**

Dra. D<sup>a</sup> Beatriz Beltrán de Miguel y Dra. D<sup>a</sup> Carmen Cuadrado Vives.

#### **COORDINADORA:**

Dra. D<sup>a</sup> Beatriz Beltrán de Miguel.

#### **ESCUELA EN QUE SE INSCRIBE EL CURSO:**

Escuela de Ciencias de la Salud.

#### **HORARIO DEL CURSO:**

Mañanas de 9:00 a 14:00 horas, de lunes a viernes.

#### **NÚMERO DE ALUMNOS:**

40.

#### **PERFIL DEL ALUMNO:**

Estudiantes de últimos cursos o graduados (o licenciados) en especialidades como Farmacia, Nutrición Humana y Dietética, Enfermería, Ciencia y Tecnología de los Alimentos y licenciados en Nutrición o ciencias afines (Latinoamérica). También, se considera de gran interés para los profesionales del ámbito gastronómico que quieran profundizar en los aspectos saludables de la cocina.

#### **OBJETIVOS:**

- *Profundizar* en el valor integral de la dieta como fuente sostenible de salud, placer y cultura, mostrando la interacción actual de estas vertientes.
- Evidenciar de forma práctica la compatibilidad entre el comer por placer y por salud a través de la Dietética Culinaria, utilizando diversas *herramientas educativas* tradicionales o innovadoras.
- *Fomentará el intercambio de experiencias* como método de aprendizaje.

#### **PROGRAMA:**

- **La actualidad de la gastronomía en España e Iberoamérica.**
- **Visión integral de la dieta.**

- Conceptos claves en la promoción de la salud: Alimentación sostenible, saludable y palatable.
- Cultura alimentaria básica. Resiliencia nutricional. Habilidades culinarias y gastronómicas. Aplicaciones en la promoción de la salud.
- Seminarios-Actividades prácticas.
- **Dietética culinaria y gastronómica: punto de encuentro de Ciencia, Nutrición y Gastronomía.**
  - Primeros pasos en la historia de la Dietética culinaria y gastronómica.
  - Fundamentos de cocina saludable.
  - Tecnología culinaria, valor nutricional y gastronómico.
  - Dietética con los cinco sentidos. Importancia de la percepción sensorial de la alimentación en la salud y la enfermedad.
  - Reformulación dietética de recetas. Fundamento y principios básicos de actuación.
  - Seminarios-Actividades prácticas.
- **Gastronomía y salud. Retos y oportunidades.**
  - Lo de siempre, actual: Gastronomía saludable en familia.
  - Alimentación fuera del hogar. Restauración colectiva saludable.
  - Alta gastronomía y salud: un sueño haciéndose realidad.
  - Seminarios-Actividades prácticas.

#### **ACTIVIDADES PRÁCTICAS:**

- Perfil nutricional de alimentos funcionales. Utilidad en la cocina diaria.
- Talleres de Dietética culinaria y gastronómica. Showcooking nutricional.
- Análisis sensorial de alimentos aplicado a la Dietética Culinaria.
- Resolución de casos prácticos.
- Reformulación dietética de preparaciones culinarias.

#### **PROFESORADO:**

- D<sup>a</sup> Beatriz Beltrán de Miguel, UCM.
- D<sup>a</sup> Carmen Cuadrado Vives, UCM.
- D<sup>a</sup> Ángeles Carbajal Azcona, UCM.
- D<sup>a</sup> Cristina de Lorenzo Carretero, IMDIRA.
- D<sup>a</sup> Rocío Teruel Gutiérrez, investigadora.

- D<sup>a</sup> Luisa Solano Pérez, UCM.
- D<sup>a</sup> Carlota Martínez Portela, UCM.
- D<sup>a</sup> Diana Cabrera Ozaez, Centro Educativo Fuenllana.
- D. Jesús Almagro Morales, Mesteño Gastronómico.
- D<sup>a</sup> Antonella Ruggiero, Academia Iberoamericana de Gastronomía.