

## 60857 - Composición corporal y salud

### Información del Plan Docente

**Año académico:** 2024/25

**Asignatura:** 60857 - Composición corporal y salud

**Centro académico:** 229 - Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte

**Titulación:** 549 - Máster Universitario en Evaluación y Entrenamiento Físico para la Salud

**Créditos:** 6.0

**Curso:** 1

**Periodo de impartición:** Primer semestre

**Clase de asignatura:** Obligatoria

**Materia:**

### 1. Información básica de la asignatura

Esta asignatura pretende que el alumnado conozca la historia y la evolución de la composición corporal a lo largo de los años. Además, se explican las características especiales de algunos grupos de población cuya evaluación nos informará de los niveles de partida a tener en cuenta en la planificación y prescripción de ejercicio para la mejora de su salud.

Estos planteamientos y objetivos están alineados con los siguientes Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030 de Naciones Unidas (<https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/>), de tal manera que la adquisición de los resultados de aprendizaje de la asignatura proporciona capacitación y competencia para contribuir en cierta medida a su logro. En concreto, al logro de las metas 3.4 del objetivo 3 y las 4.3, 4.4 y 4.7 del objetivo 4.

### 2. Resultados de aprendizaje

1. Conoce los métodos de evaluación y estimación de la composición corporal y de la influencia de factores biológicos y ambientales con especial atención a grupos de específicos de población.
2. Maneja equipos y métodos de valoración y estimación de la composición corporal.
3. Posee capacidad de análisis e interpretación de la composición corporal y de los efectos de la actividad física en la población general y en distintos grupos de población específicos.

### 3. Programa de la asignatura

1. Ciencia de la composición corporal. Historia y estado de la cuestión.
2. Métodos de medición de la composición corporal.
3. Modelos y componentes de la composición corporal.
4. Influencias biológicas y ambientales en la composición corporal.
5. Patologías prioritarias relacionadas con la composición corporal.
  - Obesidad y sobrepeso
  - Osteoporosis
  - Sarcopenia
6. Composición corporal en grupos específicos de población.

### 4. Actividades académicas

- **Clase magistral:** Sesiones teóricas con el profesor en las que se explicará el temario de la asignatura: **18 horas**
- **Resolución de problemas y casos:** En estas sesiones el alumnado realizará actividades como: búsqueda y análisis de evidencias científicas, análisis de vídeos y gráficas, resolución de problemas relacionados con la composición corporal, etc.: **16 horas**
- **Prácticas de laboratorio:** Sesiones prácticas realizadas en el laboratorio de la Facultad: **16 horas**
- **Prácticas especiales en instalaciones:** Sesiones prácticas realizadas en un laboratorio externo de composición corporal: **10 horas**
- **Trabajo docente:** Realización de diferentes trabajos docentes: **20 horas**
- **Estudio:** **64 horas**
- **Pruebas de evaluación:** **6 horas**

### 5. Sistema de evaluación

Se podrá escoger entre dos opciones de evaluación, la evaluación continua o la prueba global. En caso de no aprobar la evaluación continua o no estar de acuerdo con su calificación tiene derecho a presentarse a la prueba global.

**Opción 1: Evaluación continua:**

La superación de la evaluación continua requiere de tres requisitos:

1. *Actividades seguimiento y repaso (20%):* A lo largo del curso se propondrán distintas actividades teórico-prácticas o de repaso, teniendo que realizar al menos el 70% de todas las que se propongan. Todas ellas se valorarán de 0 a 10 puntos y la media de todas las realizadas se computará aportando un 20% a la calificación final de la evaluación continua.
2. *Casos teórico-prácticos (50%):* Se presentará de forma individual la resolución de 2 casos prácticos diseñados a tal efecto a través del ADD de la asignatura, en los que tendrán que utilizar los conocimientos que se van a ir adquiriendo durante el desarrollo de la asignatura. Cada caso se puntuará de 0 a 10 y contribuirá en un 25% a la calificación final.
3. *Trabajo de la asignatura (30%).* Cada estudiante tendrá que realizar la recensión y discusión conjunta de un mínimo de 3 artículos científicos relacionados con la composición corporal y que se centren en la temática o población de estudio elegida para el trabajo fin de máster del estudiantado. El trabajo se explicará en detalle en clase y se pondrán instrucciones específicas en el ADD de la asignatura. La exposición ante el profesorado de este trabajo será obligatoria para superar la asignatura, se puntuará de 0 a 10 y contribuirá en un 30% a la calificación final.

Para superar la asignatura mediante evaluación continua se requiere una asistencia de al menos 70% de las sesiones, superar con al menos un 5 cada uno de los casos y el trabajo. La calificación final será la ponderación de las tres pruebas según la fórmula: nota final = [(media de actividades seguimiento y repaso x 0,20) + (nota caso 1 x 0,25) + (nota caso 2 x 0,25) + (nota exposición x 0,30)].

#### **Opción 2: Prueba Global**

La evaluación del grado de la adquisición y comprensión de los contenidos conceptuales y prácticos se efectuará mediante un examen escrito. Consistirá en una prueba doble:

1. basada en preguntas de opción múltiple, en las que se facilitarán 4 posibles respuestas, debiendo el alumnado elegir la que considera correcta. Cada fallo descontará 1/3 de lo que suma cada acierto (50% de la nota del examen).
2. que podría incluir preguntas cortas, resolución de problemas o casos, interpretación de gráficos, diseño de protocolos o todo aquello relacionado con los contenidos trabajados en las prácticas (50% de la nota del examen).

La nota final se obtendrá como sumatorio de la nota de las partes 1 y 2, otorgándose una calificación de 1 a 10. La prueba objetiva contribuirá en un 100% a la calificación final en la evaluación global.

**Nota\*** En ambas opciones, el alumnado tendrá la posibilidad de mejorar su nota final obteniendo un máximo de 1 punto extra, que en el mejor de los casos permitirá, a quien haya aprobado la asignatura, mejorar su calificación. La actividad a realizar, y su calificación correspondiente, deberán ser consensuadas previamente con el profesorado responsable de la asignatura, antes de la realización de la misma. Un ejemplo de actividad es la asistencia y participación en conferencias u otros eventos considerados de interés por sus contenidos para la formación del alumnado en esta asignatura.

**Pruebas para estudiantes que se presenten en otras convocatorias distintas de la primera.** Para aquellos o aquellas estudiantes que no hayan superado la evaluación continua o tengan que presentarse en sucesivas convocatorias por no haber superado la asignatura en primera convocatoria, la evaluación se regirá por los criterios de evaluación global.

El fraude o plagio total o parcial en cualquiera de las pruebas de evaluación dará lugar al suspenso de la asignatura con la mínima nota, además de las sanciones disciplinarias que la comisión de garantía adopte para estos casos. Para un conocimiento más detallado sobre el plagio y sus consecuencias se solicita consultar: <https://biblioteca.unizar.es/propiedad-intelectual/propiedad-intelectual-plagio#Que>

## **6. Objetivos de Desarrollo Sostenible**

- 3 - Salud y Bienestar
- 4 - Educación de Calidad