



TRABAJO FIN DE MÁSTER

**ANÁLISIS DE LA SITUACIÓN  
ACTUAL DE LA  
FORMACIÓN PROFESIONAL  
EN ALIMENTACIÓN  
SALUDABLE Y SOSTENIBLE**

Estudiante: Sara Romero López

Especialidad: Familia Profesional Agraria e Industrias  
Alimentarias

Tutor/a: Esther Sendra Nadal y Marina Cano Lamadrid

Curso académico: 2023-24

## ÍNDICE

1. Resumen y palabras clave .....	3
2. Introducción .....	4
3. Objetivos .....	9
4. Método.....	10
4.1 Elaboración del cuestionario .....	10
4.2 Permisos y documentación .....	10
4.3 Participantes y reclutamiento.....	11
4.4 Análisis y tratamiento de datos .....	11
5. Resultados.....	11
6. Actividades complementarias .....	17
6.1 Actividades sobre alimentación saludable.....	18
6.1.1 Taller “Conocemos la dieta” .....	18
6.1.1.1 Propuesta de actividad.....	18
6.1.1.2 Encuadre en el currículo .....	19
6.1.1.3 Temporalidad de la actividad .....	19
6.1.2 Seminario sobre el etiquetado.....	19
6.1.2.1 Propuesta de actividad.....	19
6.1.2.2 Encuadre en el currículo .....	20
6.1.2.3 Temporalidad de la actividad .....	20
6.2 Actividades sobre alimentación sostenible.....	21
6.2.1 Exposición sellos de calidad: DOP, IGP, ETG .....	21
6.2.1.1 Propuesta de actividad.....	21
6.2.1.2 Encuadre en el currículo .....	21
6.2.1.3 Temporalidad de la actividad .....	22
6.2.2 Seminario sostenibilidad ODS .....	22
6.2.2.1 Propuesta de actividad.....	22
6.2.2.2 Encuadre en el currículo .....	22
6.2.2.3 Temporalidad de la actividad .....	22
7. Conclusiones .....	22
8. Bibliografía.....	24

## **I. Resumen y palabras clave**

La alimentación saludable y sostenible es un tema de actualidad y de gran importancia debido a las nuevas tendencias y hábitos alimentarios. Los profesionales del sector de la hostelería desempeñan un papel clave en este tema, ya que al interactuar con los clientes pueden ejercer una influencia sobre sus prácticas alimentarias, así como también influyen mediante el diseño de los platos y menús en los establecimientos. Por ello, este trabajo se centra en mejorar la formación de los futuros profesionales del sector hostelero sobre alimentación saludable y sostenible. Para ello se encuestaron, de forma anónima, a 103 individuos de distintos sectores sociodemográficos, sobre de alimentación saludable y sostenible. El objetivo era el de poder identificar las áreas de mejora en la comprensión de los conceptos básicos relacionados con los hábitos de vida saludable y la sostenibilidad. Tras analizar los resultados de dichas encuestas, se diseñaron algunas propuestas de actividades complementarias a la formación de estudiantes de Formación Profesional de la familia de Hostelería y Turismo con el objetivo de reforzar la formación de dichos conceptos, consiguiendo que en su carrera profesional ejerzan una influencia positiva en la población general con respecto a la alimentación saludable y sostenible.

Palabras clave: alimentación, saludable, sostenible, estudiantes, hostelería

Healthy and sustainable eating is a current and highly important topic due to new dietary trends and habits. Hospitality professionals play a key role in this matter, as they can influence customers' eating practices through interactions and also by designing dishes and menus in establishments. Therefore, this work focuses on improving the training of future hospitality professionals on healthy and sustainable eating. An anonymous survey was conducted with 103 individuals from various sociodemographic sectors on healthy and sustainable eating. The objective was to identify areas for improvement in understanding basic concepts related to healthy lifestyle habits and sustainability. After analyzing the results of these surveys, some proposals for complementary activities to the training of students in the Hospitality and Tourism Vocational Training family were designed with the aim of reinforcing the understanding of these concepts. This aims to ensure that in their professional careers, they exert a positive influence on the general population regarding healthy and sustainable eating

Keywords: nutrition, healthy, sustainable, students, hospitality

## 2. Introducción

### 2.1 Sector alimentario y globalización

En las últimas décadas, la sociedad española ha sufrido diversos cambios a nivel político, económico y social. Estos cambios han motivado nuevas tendencias y hábitos que se han ido implantando de forma general y paulatina en toda la población. Uno de los sectores donde pueden verse reflejados estos nuevos hábitos es en el sector alimentario, ya que en este sector se han visto numerosos cambios respecto al procesado de alimentos y también al consumo de los mismos, donde los ultraprocesados han ganado terreno (Juul et al., 2021)

El sector alimentario ha sido de los más influidos por el avance de la sociedad, no solo a nivel estatal, si no también a nivel mundial. Uno de los principales factores que ha motivado dichos cambios y avances es el proceso de globalización. Este proceso puede definirse como un proceso económico, político, tecnológico e incluso cultural, mediante el cual los distintos territorios y países establecen relaciones de interdependencia unificando sus mercados y culturas (García y Pulgar, 2011). Este proceso de globalización puede verse reflejado en el aumento de la inmigración, la adquisición de nuevas costumbres provenientes de otros países, e incluso la utilización de nuevo vocabulario. Pero no solo eso, sino que además esta unificación influye en los mercados nacionales de los países, favoreciendo el comercio mundial mediante la exportación y la importación. De esta forma, podemos adquirir productos provenientes de otros países con una gran facilidad. Esta globalización mercantil influye a todos los sectores, incluido el sector alimentario (Flores, 2016).

### 2.2 Nuevas tendencias y cambios en los hábitos alimentarios

El proceso de globalización no solo influye al sector alimentario español desde el punto de vista mercantil y económico, si no que entran en juego diversos factores como pueden ser los factores culturales y sociales. La sociedad española ha experimentado diversos cambios en las últimas décadas, cambiando el ritmo de vida de la mayoría de las familias del territorio nacional. Si bien hace unos años, predominaba el modelo de familia tradicional con costumbres arraigadas, ahora esto ha cambiado, y se puede ver reflejado en los hábitos de consumo y de alimentación de la población española a nivel general (Moguillansky, 2011).

Estos cambios se reflejan de una forma clara en los patrones de alimentación de la sociedad española. La dieta mediterránea ha sido, por norma general, el principal patrón de consumo y alimentación en el territorio español durante décadas. Esta dieta posee numerosos beneficios para la salud de quienes la consumen y ha sido por ello siempre destacada y promocionada animando a la población a seguir patrones de consumo y alimentación similares a los de esta dieta (Papassotiriou et al., 2024). La dieta mediterránea podía ser considerada entonces como uno de los principales baluartes de la cultura española (Serra-Majem y Ortiz-Andrellucchi, 2018). Sin embargo, actualmente los patrones de alimentación y consumo han cambiado, así como los hábitos de compra, y con el pasar de los años la dieta mediterránea ha sido sustituida, en cierta manera, por el consumo de alimentos ultraprocesados que puede llegar a suponer un 57% del total de la ingesta energética en la dieta (Watanabe et al., 2024).

Estos cambios en los hábitos de consumo y alimentación son desfavorables y pueden llegar a tener graves consecuencias para la salud de los consumidores. Es por este motivo, que desde hace años se hacen campañas de concienciación sobre la alimentación y la importancia que esta tiene en la población. Algunos ejemplos de este tipo de campañas son: la campaña

“COME SANO, MUÉVETE Y CUIDA TU PLANETA” creada por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) en el año 2022; o las campañas “Pon más héroes en tu plato, y llena tu vida de superpoderes” y “#Azúcar,TeDejo” creadas también por AESAN en el año 2020.

La concienciación sobre los hábitos de consumo ha surgido efecto, y en la actualidad en la población general se observa una tendencia creciente a adoptar nuevos hábitos de vida y de consumo más saludables. En estos hábitos se incluye la preocupación por los productos que se consumen, los ingredientes que contienen y el procesado al que son sometidos (Asioli et al., 2017).

### **2.3 Alimentación saludable y sostenible**

Actualmente, la población general española tiene un gran interés por la alimentación saludable y sostenible. La alimentación saludable puede definirse como aquella dieta variada, equilibrada y moderada en la que predomina el consumo de productos frescos y de temporada, especialmente frutas, hortalizas y legumbres, y se reduce la ingesta de alimentos procesados y ultra procesados con alto contenido en sal, azúcares añadidos y grasas saturadas (AESAN, 2022). Por otro lado, cuando se habla de alimentación sostenible, se hace referencia a aquella alimentación que puede satisfacer correctamente las necesidades nutricionales de la población general, sin comprometer los recursos disponibles para futuras generaciones; para ello hay que tener en cuenta aspectos como son la producción alimentaria, la distribución, el consumo y el impacto ambiental. Actualmente, el consumo de alimentos resulta responsable de más de la mitad del impacto ambiental generado por una persona, esto deja en clara evidencia la necesidad de que la población general siga dietas sostenibles, que tengan un menor impacto ambiental. De esta forma, las dietas deberían contemplar la dimensión de salud humana y también el cuidado al medio ambiente (Ministerio de Consumo/JRC, 2022).

Estas nuevas preocupaciones y tendencias en los hábitos de consumo de la población general española son actualmente utilizadas por muchas empresas del sector alimentario, las cuales elaboran productos acordes a estas demandas crecientes de los consumidores con el objetivo de aumentar las ventas. El desarrollo de estos nuevos productos cubre la demanda de los consumidores, y se une además con el marketing alimentario generando nuevas tendencias y campañas que satisfagan las necesidades y deseos de los consumidores (Burgueño de la Cal, 2020).

En la actualidad la legislación vigente a nivel europeo y estatal regula de una forma rigurosa las declaraciones nutricionales y de salud de los alimentos, así como la información del etiquetado de los alimentos y la publicidad que se hace sobre los mismos. Lo mencionado anteriormente, queda recogido en el Reglamento (CE) nº 1924/2006. Este hecho sumado también a la concienciación que se ha ejercido sobre las empresas del sector, ha conseguido que la mayoría de ellas, especialmente las más importantes, adquieran un mayor compromiso y responsabilidad con la sociedad, siendo transparentes con el etiquetado y publicidad de sus productos, y velando por el desarrollo y elaboración de nuevos productos que sean saludables y sostenibles y ayuden a mantener el bienestar general de la población.

### **2.4 Formación de la población sobre alimentación saludable y sostenible**

Los hábitos de compra y de consumo de la población española han sufrido numerosos cambios y variaciones a lo largo de los últimos años. Estos cambios pueden estar motivados por

diversos factores como son: el nivel económico, el ritmo de vida, las preferencias individuales y también el nivel de conocimientos. Es importante que la población general adquiera conocimientos generales sobre la alimentación saludable y sostenible, ya que estos conocimientos servirán de recurso y herramienta a la hora de llevar a cabo unos patrones de compra y consumo de alimentos (De Moraes et al., 2023).

Las personas que tienen un mayor nivel de conocimientos sobre alimentación saludable y sostenible realizan sus compras de alimentos de una forma más consciente e informada; tienden a seleccionar más productos frescos y de temporada, y alimentos con una mejor composición. Además, estas personas suelen mostrar un mayor interés por mejorar sus hábitos de vida y de consumo, así como por el cuidado de su salud. Se mantienen informados sobre las novedades y las actualizaciones con respecto a la alimentación saludable y sostenible (Blanes y Trias-Llimós, 2021).

Por otro lado, las personas que poseen un nivel más bajo de conocimientos sobre alimentación saludable y sostenible incurren con mayor facilidad en hábitos de compra y de consumo que no resultan saludables, reduciendo su consumo de productos frescos y aumentando el consumo de alimentos ultraprocesados o con alto contenido en grasas saturadas y azúcares. Estos consumidores, debido a su falta de conocimiento, pueden ser influenciados en sus compras con mayor facilidad. Algunos de los factores que pueden influir a las personas a la hora de realizar las compras son: las estrategias de marketing, el precio, la disponibilidad o la facilidad de preparación de los alimentos (Blanes y Trias-Llimós, 2021).

Por estos motivos, es de gran importancia que la población general tenga acceso a información actualizada sobre la alimentación saludable y sostenible y los hábitos de vida y de consumo que son recomendables. Esta información debe estar accesible para todos los públicos, y ser de fácil entendimiento, de manera que la mayor parte de la población general pueda acceder a ella y comprenderla, adquiriendo así la información y los conocimientos necesarios para llevar unos buenos hábitos de vida (De Moraes et al., 2022).

No solo es recomendable que la población general tenga acceso a esta información, si no que además es importante que puedan contar con la ayuda de profesionales que puedan ayudarles en momentos puntuales, en los que necesiten algún tipo de asesoramiento o recomendación a la hora de elegir entre varias opciones de alimentación, por ejemplo, al acudir a establecimientos de hostelería y restauración.

## **2.5 Hostelería y consumo en el sector alimentario**

El territorio español cuenta con más de 200.000 establecimientos dedicados a la venta y servicio de bebidas y alimentos, según la organización empresarial "HOSTELERÍA DE ESPAÑA". Dentro de estos establecimientos se recogen bares, cafeterías, restaurantes y puestos de comida. Esto se debe en gran parte a que es uno de los países más turísticos del mundo. Además, en España no solo hay una gran cantidad de turismo internacional durante todo el año, sino que además hay numerosas movilizaciones y desplazamientos de turismo nacional, especialmente durante la temporada estival.

De esta manera, en los últimos años el sector turístico español bate récords históricos con sus aumentos, llegando a suponer un 11,6% de producto interior bruto del país según un informe emitido por el Instituto Nacional de Estadística (INE). Es por ello, que es un sector de gran importancia en el territorio, ya que supone un notable porcentaje de la economía.

El sector turístico está muy ligado al sector alimentario, especialmente, mediante los establecimientos hosteleros en los cuales se produce la venta y servicio de diferentes alimentos y bebidas (Stewart et al., 2008). En estos establecimientos se pueden ver reflejadas también las consecuencias de la globalización con la creación cada vez de más establecimientos de gastronomía internacional, y las nuevas tendencias de hábitos en la población como por ejemplo de los distintos tipos de dieta con la creación de restaurantes veganos o vegetarianos, o de la preocupación por la alimentación saludable y sostenible, con la creación de establecimientos que utilizan productos frescos, de proximidad y de temporada. También se observa en estos establecimientos la creciente unión entre el turismo y el interés por la gastronomía y el sector culinario (López-Guzmán y Jesus, 2011).

Los profesionales que trabajan en la hostelería, en este tipo de establecimientos deben tener conocimientos y mantenerse informados y actualizados sobre alimentación saludable y sostenible, así como sobre los hábitos de consumo y de vida que son recomendables para la población. Es probable que los profesionales de sector reciban consultas de los clientes sobre las elaboraciones que preparan en el establecimiento y los ingredientes de estos, es por ello que deben estar informados y actualizados para poder resolver estas dudas y realizar las recomendaciones más oportunas en cada uno de los casos.

En el sector de la hostelería en España se encuentran muchos trabajadores no cualificados, es decir, que no han recibido ningún tipo de formación previa para desempeñar su puesto de trabajo. Esto se debe en muchas ocasiones, a que el trabajo en el sector está sometido a una fuerte temporalidad y las plantillas de trabajadores son, en muchos casos, muy cambiantes.

Sin embargo, también pueden encontrarse profesionales del sector que sí han recibido formación, o bien durante el desempeño de su actividad laboral en el sector, es decir, comenzaron a trabajar sin cualificación pero posteriormente han realizado diversos cursos y formaciones que les han aportado conocimientos sobre el sector y sobre la alimentación; o bien de forma previa a la incorporación a su puesto de trabajo, es decir, se formaron y comenzaron a trabajar teniendo ya algún tipo de cualificación. El segundo de los casos es cada vez más frecuente, siendo la principal vía de formación de estos profesionales los ciclos formativos de Formación Profesional (González, 2021).

## **2.6 Formación Profesional en España**

La Formación Profesional en España son unos estudios profesionales que están orientados de una forma más específica al desempeño de una profesión y a la realidad del mercado laboral. Con estos estudios se busca dar respuesta a la demanda de profesionales cualificados que hay en los distintos sectores del país, y también dar la oportunidad a los jóvenes de acceder a una formación específica que les prepare para el desempeño de una profesión, aumentando sus oportunidades laborales y expectativas de vida (Ministerio de Educación, 2024).

Actualmente, la Formación Profesional en España está legislada y regulada por la Ley Orgánica 3/2022, de 31 de marzo, de ordenación e integración de la Formación Profesional. Esta ley forma parte de la Ley Orgánica de Modificación de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOMLOE). Esta norma recoge todo lo relativo a la gestión e integración de la Formación Profesional en los centros educativos del territorio español.

En España la Formación Profesional se imparte en los distintos centros educativos, tanto públicos como privados, de todo el territorio nacional. Se imparte mediante los llamados ciclos



formativos, que tienen una duración de dos cursos escolares (1º y 2º), estos ciclos formativos cuentan con módulos profesionales mediante los cuales los estudiantes reciben tanto formación teórica como formación práctica. Además, durante el segundo curso los estudiantes realizan un periodo de prácticas profesionales en empresas donde pueden poner en práctica los conocimientos adquiridos durante sus estudios.

Actualmente, la oferta formativa de Formación Profesional en España es muy amplia incluyendo 588 certificados profesionales, 175 ciclos formativos -28 de grado básico, 60 de grado medio, 89 de grado superior- y 21 cursos de especialización. De esta forma, el Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, cuenta con un total de 756 cualificaciones ordenadas en 26 familias profesionales (Ministerio de Educación, 2024).

Los ciclos formativos de Formación Profesional en España se pueden clasificar según su nivel de complejidad, en tres categorías: ciclos formativos de Grado Básico, Grado Medio y Grado Superior. Estos ciclos deben estar englobados en una de las 26 familias profesionales que existen, de forma que en cada una de las familias se encuentran ciclos formativos de diferentes niveles.

En cuanto a los ciclos formativos de Grado Básico, estos están orientados a estudiantes de quince años en adelante que no han finalizado la Educación Secundaria Obligatoria. En estos ciclos formativos se imparten materias propias de la Educación Secundaria Obligatoria además de módulos profesionales específicos de la familia profesional correspondiente. De esta forma, los estudiantes obtienen a la vez el título de Educación Secundaria Obligatoria y el del ciclo formativo.

Por otro lado, los ciclos formativos de Grado Medio están orientados a estudiantes que han finalizado la Educación Secundaria Obligatoria y que buscan continuar con sus estudios académicos, pero de una forma más práctica y orientada al desempeño de una formación. Por último, los ciclos formativos de Grado Superior están orientados a estudiantes que han finalizado Bachillerato o un ciclo formativo de Grado Medio, son estudios más específicos con un nivel de dificultad más elevado.

En cuanto a las familias profesionales, estas sirven para clasificar los distintos ciclos formativos y orientarlos dentro de un sector, de forma que los estudios sean más específicos y ayuden a los estudiantes en la adquisición de conocimientos sobre una profesión concreta. Además, las familias profesionales también ayudan a los estudiantes a orientarse y centrarse en un ámbito concreto durante la realización de sus estudios y el desempeño de su futura carrera profesional.

Las familias profesionales de Formación Profesional que hay en España son las siguientes: Actividades Físicas y Deportivas, Administración y Gestión, Agraria, Artes Gráficas, Artes y Artesanías, Comercio y Marketing, Edificación y Obra Civil, Electricidad y Electrónica, Energía y Agua, Fabricación Mecánica, Hostelería y Turismo, Imagen Personal, Imagen y Sonido, Industrias Alimentarias, Industrias Extractivas, Informática y Comunicaciones, Instalación y Mantenimiento, Madera, Mueble y Corcho, Marítimo-Pesquera, Química, Sanidad, Seguridad y Medio Ambiente, Servicios Socioculturales y a la Comunidad, Textil, Confección y Piel, Transporte y Mantenimiento de Vehículos, y por último, Vidrio y Cerámica.

## 2.7 Formación Profesional: familia profesional de Hostelería y Turismo

Dentro de la familia profesional de Hostelería y Turismo se ofertan doce ciclos formativos en total, orientados a diferentes profesiones del sector. Por un lado, están los ciclos formativos orientados a la gestión de los alojamientos turísticos y hoteleros; por otro lado, los ciclos formativos relacionados con las agencias y visitas turísticas y el desarrollo de su actividad. En la familia de Hostelería y Turismo también se encuentran diversos ciclos formativos relacionados con los servicios de restauración y la gestión de cocina.

Dentro de los ciclos formativos, relacionados con los establecimientos de restauración se encuentran uno de Grado Básico, dos de Grado Medio y otros dos de Grado Superior. Todos estos ciclos formativos tienen cada uno un currículum. Estos currículos son específicos para cada ciclo y en ellos queda reflejado los conocimientos teóricos y prácticas que deben ser impartidos durante los mismos.

En cuanto a los currículos de los ciclos formativos, se encuentra lo siguiente: en primer lugar, un currículum elaborado por el Ministerio y que es general para todo el territorio español, en él quedan fijadas las enseñanzas mínimas correspondientes a este ciclo formativo: (competencias profesionales; competencias personales y sociales; y los resultados de aprendizaje, criterios de evaluación y contenidos básicos de cada uno de los módulos profesionales del ciclo formativo), junto con otras diligencias como los requisitos de acceso y las instalaciones necesarias. Por otro lado, también existen los currículos de las diferentes Comunidades Autónomas, estos son de aplicación específica en el territorio que corresponda en cada caso, y en ellos se puede encontrar la distribución horaria y las unidades de trabajo de cada uno de los módulos profesionales.

En los currículos de los ciclos formativos mencionados anteriormente no se contempla la formación sobre alimentación saludable y sostenible de forma específica. De esta manera, es posible que en algunos de los módulos profesionales los docentes incluyan, por decisión propia, algunos conocimientos relacionados con la alimentación saludable y sostenible, pero en la mayoría de los casos esta formación no resulta suficiente.

La formación de los futuros profesionales es de suma importancia, ya que por su actividad laboral en muchas ocasiones necesitarán realizar el diseño de elaboraciones y menús, además de tener un trato estrecho y cercano con el cliente de los establecimientos de restauración. De esta forma, los profesionales de este sector tienen un importante papel, ya que pueden ejercer, hasta cierto punto, como influencia sobre los hábitos de alimentación de determinados grupos de población.

## 3. Objetivos

El objetivo de este estudio es analizar el nivel de conocimientos sobre alimentación saludable y sostenible que tiene la población general en el territorio español. De esta forma, se pretende conocer qué conceptos son necesarios reforzar, para poder diseñar actividades complementarias y ejercicios para ser elaborados en las clases teóricas de los ciclos formativos de la familia profesional de Hostelería y Turismo, con el fin de que los estudiantes adquieran estos conocimientos y puedan utilizarlos en el desempeño de su carrera laboral como futuros profesionales del sector.

## 4. Método

### 4.1 Elaboración del cuestionario

Para la realización de este estudio, se elaboró un cuestionario que tenía como objetivo conocer cuál es el grado de conocimientos de la población general sobre la alimentación saludable y sostenible. Para ello, se elaboraron diferentes preguntas de opción múltiple sobre conceptos básicos relacionados con la alimentación saludable y sostenible.

La elaboración del cuestionario y las preguntas que se incluían en el mismo, estuvo basada en numerosas referencias con el fin de detectar cuáles eran los conceptos básicos sobre alimentación saludable y sostenible que resultaban más destacables a la hora de realizar formaciones a la población general sobre alimentación saludable y sostenible.

Para ello se tomaron como referencia, por un lado, artículos científicos y estudios previos sobre el tema tales como el de Lipan et al., 2019 y el de De Moraes et al., 2022. Por otro lado, se utilizaron como referencia diversos informes y artículos sobre alimentación saludable y sostenible como la guía didáctica de la alimentación en la Educación Secundaria Obligatoria elaborada por el Ministerio de Educación, y la guía sobre recomendaciones dietéticas saludables y sostenibles elaboradas por el Ministerio de Consumo en colaboración con AESAN. Por último, se utilizaron como referencia cuestionarios ya elaborados sobre alimentación saludable y sostenible como por ejemplo el cuestionario elaborado por la Organización Mundial de la Salud dentro del programa de nutrición y seguridad alimentaria.

Tras la revisión bibliográfica, se elaboró un cuestionario que consistía en 25 preguntas tipo test de opción múltiple. Del total de las preguntas, 12 estaban relacionadas con conceptos sobre la alimentación saludable y el etiquetado de alimentos y 13 estaban relacionadas con conceptos sobre la alimentación sostenible y los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030.

El cuestionario fue elaborado mediante la plataforma digital Google Forms, la cual permite la elaboración y edición de cuestionarios, así como la difusión de los mismos, de una forma fácil y rápida. La cumplimentación de este tipo de cuestionarios se realiza mediante dispositivos electrónicos de una forma intuitiva. Estas características facilitan la recopilación de datos y respuestas por parte de la población encuestada.

El cuestionario elaborado para este estudio puede visualizarse mediante el siguiente enlace a la plataforma Google Forms: <https://forms.gle/ABFpJcftfTEo6aI59>

### 4.2 Permisos y documentación

Una vez estuvo realizado el diseño del cuestionario y sus preguntas, se solicitaron los permisos necesarios, adjuntando la documentación requerida, de forma previa a la difusión del cuestionario. De esta forma, se obtuvo la autorización de la Oficina de Investigación Responsable (OIR) de la Universidad Miguel Hernández, bajo el código: TFM.MP2.ESNCL.SRL.240326

Por otro lado, también se obtuvo el certificado en el que constaba el Índice de Responsabilidad en Investigación Universitaria (IRIU) con una puntuación de 49,5. Tras la obtención de los permisos necesarios, se procedió a la difusión del cuestionario y reclutamiento de participantes.

### 4.3 Participantes y reclutamiento

Durante la realización de este estudio se recopilaron un total de 103 respuestas al cuestionario. Estas respuestas fueron totalmente anónimas para preservar la privacidad de los participantes en el estudio. En cuanto al género de los participantes en el estudio, un 62,1% fueron mujeres, un 36,9% fueron hombres y el 1% restante prefirió no decirlo.

Por otro lado, en cuanto a la edad de los participantes, la franja de edad mayoritaria fue entre los 18 y los 30 años con un 45,6%, seguida de la franja entre los 31 y 45 años con un 36,9%, entre los 46 y 60 años con un 13,6%, y por último, mayores de 60 años con un 3,9%.

El único criterio de exclusión aplicado para los participantes en el estudio fue la mayoría de edad, de forma que solo podían participar en el mismo las personas que fueran mayores a 18 años.

La difusión del cuestionario para la recopilación de respuestas se realizó, mayoritariamente, por vía telemática y redes sociales (WhatsApp, Gmail) mediante el enlace creado para su difusión por la plataforma Google Forms.

### 4.4 Análisis y tratamiento de datos

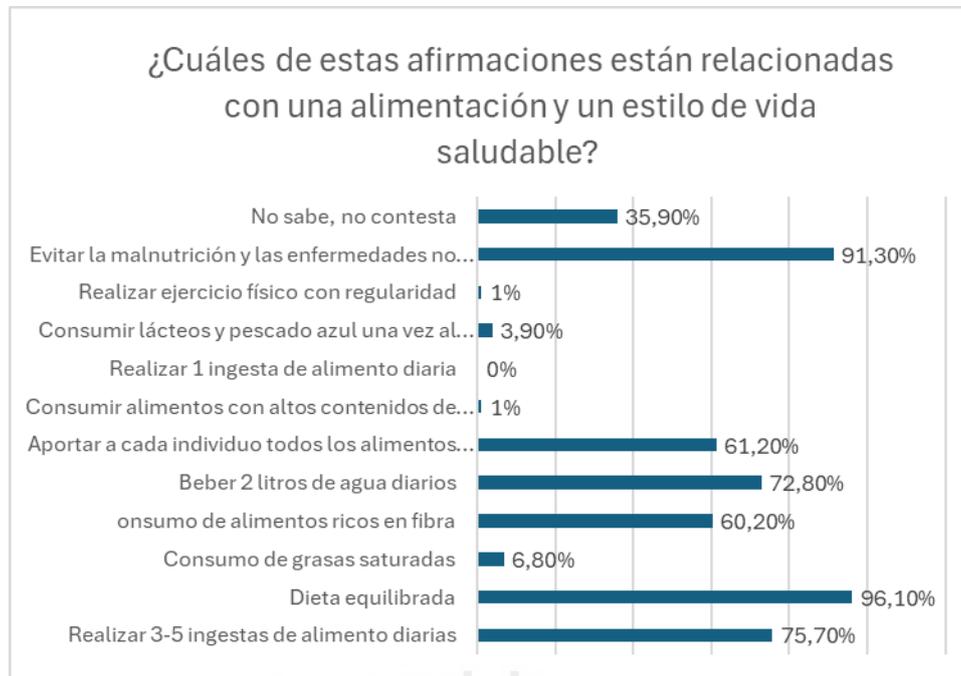
Tras la recopilación de todas las respuestas del cuestionario, se realizó un análisis y tratamiento de los datos obtenidos. Este análisis se realizó mediante el programa Excel, de forma que en un archivo se recopilaron los datos obtenidos de todas las respuestas recibidas. Una vez obtenida la hoja de cálculo con todos los datos se procedió al tratamiento y análisis de los datos.

Este proceso consistió en el cálculo de los porcentajes de participantes que habían seleccionado cada una de las opciones con el fin de elaborar gráficas que de forma visual muestren las respuestas a cada una de las preguntas. A partir, de estos datos y gráficas se procede al análisis de las respuestas con el fin de conocer cuáles son los conceptos básicos sobre alimentación saludable y sostenible que necesitan un mayor refuerzo en la población general.

## 5. Resultados

Los datos obtenidos se analizaron de forma individual para cada una de las preguntas del cuestionario. En cuanto a las preguntas que estaban relacionadas con la alimentación saludable, los resultados más destacables de los obtenidos fueron los siguientes:

A la pregunta de “¿conoces el concepto de ‘alimentación saludable?’” el 87,4% respondió de forma afirmativa. Cuando se les pidió relacionar algunas afirmaciones con dicho concepto, la afirmación más seleccionada fue “una dieta equilibrada” con un 96,10% seguida de “evitar la malnutrición y las enfermedades no transmisibles” con un 91,30% y “realizar 3-5 ingestas de alimentos diarias” con un 75,70%. Estos resultados se muestran en la Gráfica 1.



Gráfica 1. Porcentaje de respuestas elegidas por los encuestados a la pregunta “¿cuáles de estas afirmaciones están relacionadas con una alimentación y un estilo de vida saludable?”.

Sin embargo, la definición del concepto “dieta” solo fue acertada por un 56,30% de los encuestados. Algo similar ocurrió con la definición del concepto “alimento ultraprocesado” que solo fue acertada por el 34% de los encuestados.

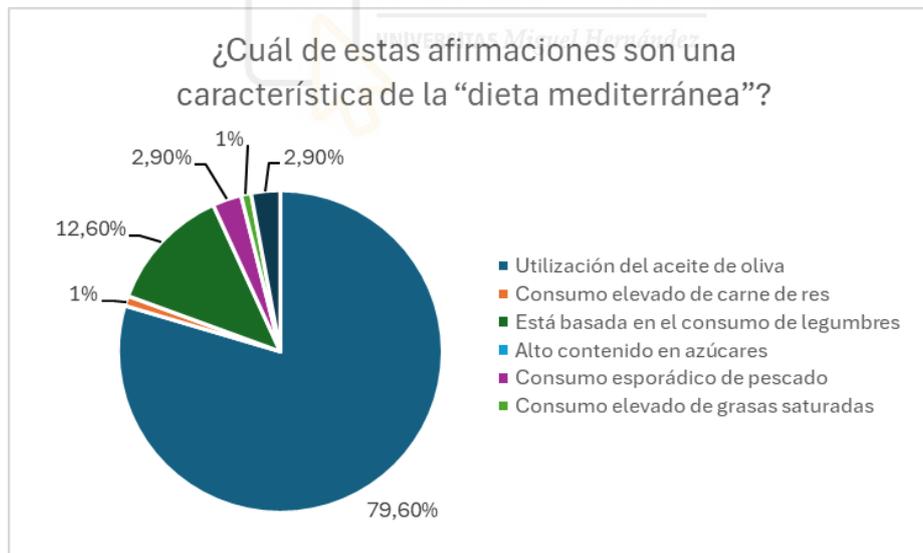
Otro de los temas tratados en el cuestionario fueron las declaraciones nutricionales y las declaraciones de propiedades saludables en el etiquetado. Por un lado, 35% de los encuestados afirmó ser conocedor del significado de las mismas, siendo capaz de distinguirlas, por otro lado, un 33% de los encuestados no se consideró capaz de distinguirlas a pesar de conocer el concepto; por último, el 32% restante no conocía el concepto de dichas declaraciones.

A los encuestados, también se le plantearon algunas afirmaciones que debían clasificar según si eran declaraciones nutricionales, de propiedades saludables o ninguno de los dos tipos. Los resultados obtenidos de esta pregunta se muestran en la Tabla 1.

	DECLARACIÓN NUTRICIONAL	DECLARACIÓN DE PROPIEDADES	NINGUNA	NO SABE NO CONTETSA
<i>Rico en fibra</i>	64	23	2	14
<i>Contribuye al funcionamiento normal de sistema inmunitario</i>	17	67	4	15
<i>Fuente de calcio</i>	68	20	2	13
<i>Disminuye el colesterol sanguíneo</i>	18	69	2	14
<i>Sin azúcares añadidos</i>	64	21	3	15
<i>Bajo en sal</i>	64	20	3	16
<i>Contribuye al crecimiento y desarrollo óseo en niños</i>	21	63	5	14
<i>Tiene vitaminas</i>	69	23	7	14
<i>Light</i>	39	36	13	15
<i>Ayuda a curar la hipertensión</i>	15	65	7	16
<i>Contribuye a un flujo sanguíneo normal</i>	13	70	5	15
<i>Tiene gluten</i>	57	19	13	14
<i>Bajo en azúcares</i>	59	23	6	15
<i>Ayuda a bajar de peso</i>	18	51	19	15

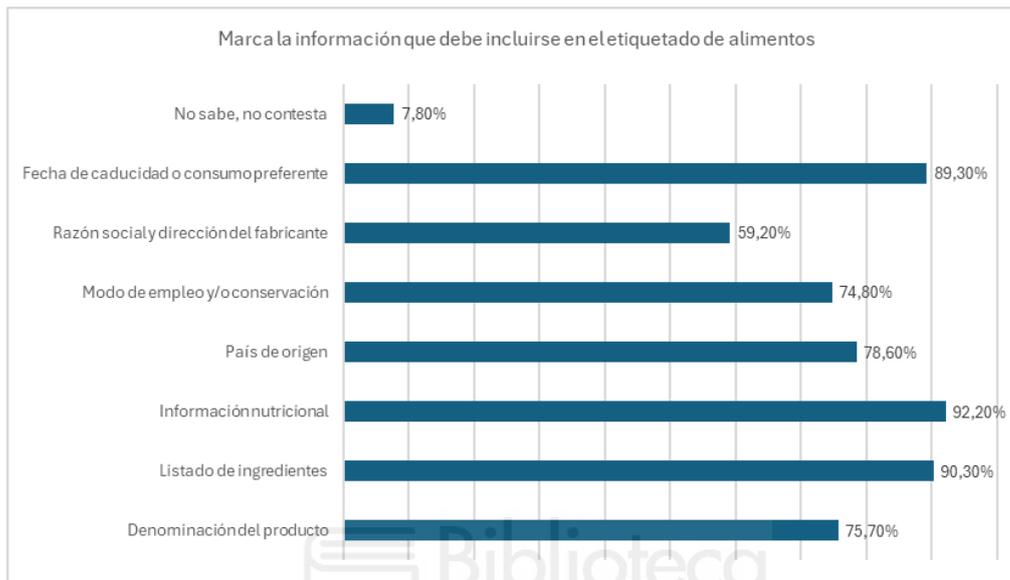
Tabla 1. Total de respuestas seleccionadas para la pregunta “clasifica las siguientes declaraciones según si son nutricionales o de propiedades saludables”.

En cuanto a los conocimientos sobre la dieta mediterránea, la mayoría de los encuestados demostró tener un buen nivel de conocimientos. Un 79,6% de los encuestados supo seleccionar de forma correcta cuál era la afirmación relacionada con la dieta mediterránea.



Gráfica 2. Porcentaje de respuestas elegidas por los encuestados a la pregunta de “¿cuál de estas afirmaciones son una característica de la “dieta mediterránea”?”.

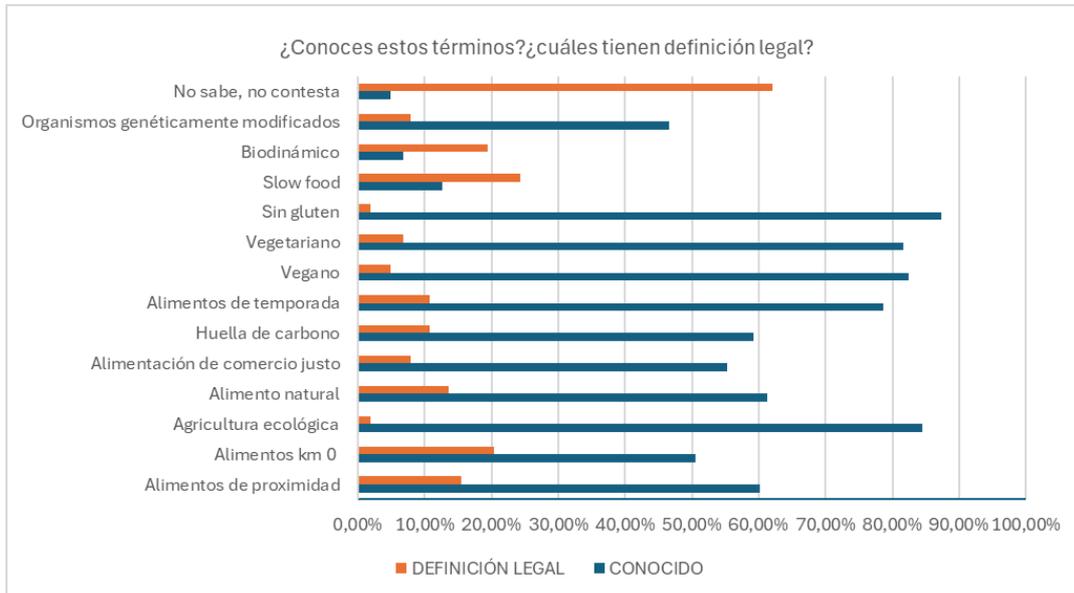
Por otro lado, y en lo relativo al etiquetado de alimentos, un 54,4% de los encuestados admitió no conocer cuáles eran los apartados a incluir en el etiquetado de alimentos. Cuando se les pidió que seleccionaran la información que debía de estar incluida en el etiquetado, la más seleccionada fue la información nutricional con un 92,20%, seguida del listado de ingredientes con un 90,3% y el país de origen con un 78,6%. Estos resultados se muestran en la Gráfica 3.



Gráfica 3. Porcentaje de respuestas elegidas por los encuestados a la pregunta de “marca la información que debe incluirse en el etiquetado de alimentos”

En cuanto a guías de alimentación, la más conocida resultó ser la pirámide de alimentos con un 81,6%, seguida de el Plato de Harvard con un 55,3%. Sin embargo, solo un 48,5% conocía de forma correcta las proporciones que propone dicha guía.

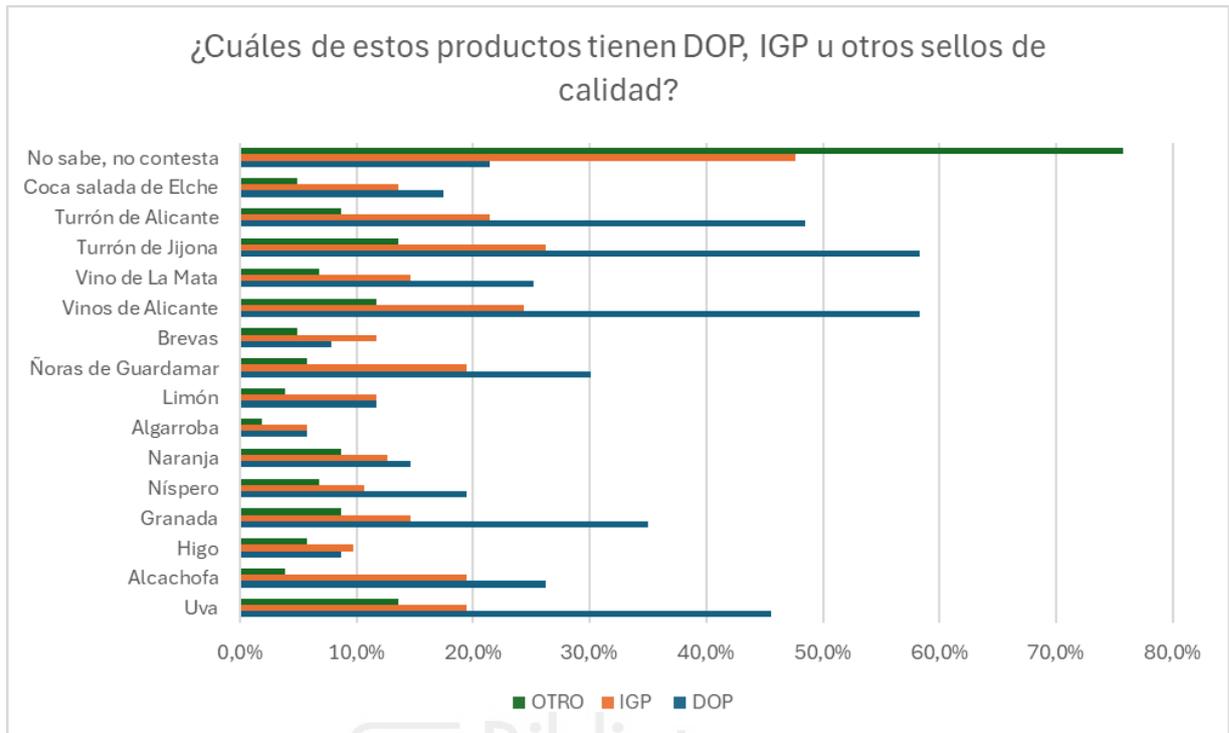
Por otro lado, se realizaron diversas preguntas relacionadas también con la alimentación sostenible, con el objetivo de conocer el nivel de conocimientos de la población general española sobre este tema. Las primeras de estas preguntas trataban sobre si conocían algunos términos y conceptos relacionados con la alimentación sostenible, y si estos tenían definición legal. La mayoría de los términos resultaron conocidos para los encuestados, pero sin embargo, estos admitieron no tener información sobre las definiciones legales, ya que un 62,1% de los encuestados prefirió no contestar a dicha pregunta. Estos resultados se muestran en la Gráfica 4.



Gráfica 4. Porcentaje de respuestas elegidas por los encuestados a las preguntas “¿cuáles de estos términos conoces?” y “¿cuáles de estos términos tienen definición legal?”.

Por otro lado, también preguntó sobre las diferencias entre los conceptos Denominación de Origen Protegida (DOP) e Indicación Geográfica Protegida (IGP). Solo el 19,4% de los encuestados afirmó conocer ambos conceptos y ser capaz de diferenciarlos, mientras que el 41,7% conocía los conceptos pero no se consideraba capaz de diferenciarlos.

En el cuestionario se incluyeron definiciones explicativas de ambos conceptos con el objetivo de que los encuestados tuvieran la información necesaria para poder responder a las siguientes preguntas en las cuales se les pedía que seleccionaran de un listado, los productos con sellos de certificación DOP, IGP u otros sellos de calidad en la provincia de Alicante. Los resultados obtenidos de dichas preguntas se encuentran recogidos en la Gráfica 5.



Gráfica 5. Porcentaje de respuestas seleccionadas por los encuestados a las preguntas “¿cuáles de estos productos tienen DOP en la provincia de Alicante?”, “¿cuáles de estos productos tienen IGP en la provincia de Alicante?”, “¿tienen alguno de los anteriores Sello de Calidad sin DOP o IGP? si es así, ¿cuáles?”.

Otro sello de calidad mencionado en el cuestionario fue el de Especialidades Tradicionales Garantizadas (ETG). En este caso, el 89,3% desconocía la existencia de esta certificación, y a la hora de seleccionar de un listado los productos que cuentan con este certificado en el territorio español, el 63,1% prefirió no contestar.

También se realizaron preguntas sobre el concepto de producción alimentaria sostenible y los factores que debe cumplir, en las que un 76,7% de los encuestados estuvo de acuerdo en que para ser una producción sostenible debía de reducir el impacto medioambiental. Un 63,1% de los encuestados estuvo también de acuerdo en que producción alimentaria sostenible es aquella que: reduce el impacto medioambiental en el planeta, hace una buena gestión de los recursos, resulta rentable a nivel económico para el sector industrial y hace una buena gestión de los residuos.

Otro de los temas tratados en el cuestionario fueron los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) incluidos en la Agenda 2030 aprobada en el año 2015 por la Asamblea General de las Naciones Unidas. En cuanto a este aspecto, solo el 52,4% de los encuestados afirmaba conocer cuáles eran los ODS. Se les pidió a los encuestados que relacionaran algunas acciones con los diferentes ODS de la Agenda 2030, este resultado puede verse en la Tabla 2.

	Aumentar el acceso a servicios básicos	Reglamentar de forma eficiente la pesca	Duplicar productividad agrícola	Asegurar buen funcionamiento de mercados	Mejorar la calidad del agua	Gestión integrada de recursos hídricos	Reducir el desperdicio de alimentos	Uso eficiente de recursos	Asegurar acceso universal a agua potable	Mejorar uso sostenible de los océanos	Reducir la generación de residuos
ODS 1	36	7	10	14	8	7	14	10	12	5	7
ODS 2	8	13	20	11	9	4	31	15	12	9	11
ODS 3	16	12	8	11	14	19	5	10	15	16	13
ODS 4	1	-	-	-	1	-	2	-	2	2	1
ODS 5	-	-	-	-	2	1	1	1	-	1	-
ODS 6	2	-	-	1	36	28	-	2	24	6	2
ODS 7	2	2	-	-	-	2	1	3	1	-	4
ODS 8	1	-	4	6	-	-	2	4	-	-	-
ODS 9	1	-	2	10	-	3	-	2	-	-	-
ODS 10	9	-	-	-	-	-	-	-	6	-	-
ODS 11	-	1	2	5	-	2	1	5	1	-	9
ODS 12	-	8	16	11	2	5	15	17	-	2	10
ODS 13	-	1	1	-	1	-	1	1	1	1	8
ODS 14	-	32	1	-	2	2	-	1	2	32	1
ODS 15	-	-	7	-	-	-	-	-	-	1	2
ODS 16	1	-	-	3	-	-	2	2	1	-	3
ODS 17	-	1	1	2	3	2	-	-	1	1	2
NS/NC	26	26	31	29	25	28	28	30	25	27	30

Tabla 2. Total de respuestas seleccionadas para la pregunta “¿a qué ODS corresponden las siguientes afirmaciones?”.

Por último, se preguntó sobre las diferentes jornadas y congresos o ferias sobre alimentación y gastronomía que conocen los encuestados. La más conocida resultó ser la Feria del Turrón de Jijona con un 55,3% de respuestas, seguida de la Ruta de la Tapa con un 51,5% y la feria Alicante Gastronómica con un 40,8%.

## 6. Actividades complementarias

Como se ha comentado anteriormente, la formación en alimentación saludable y sostenible de los profesionales de hostelería es de gran importancia. Sin embargo, en los ciclos formativos de la familia profesional de Hostelería y Turismo no existen módulos profesionales dedicados de forma específica a esta formación.

Tras analizar los resultados obtenidos en el cuestionario realizado, viendo cuáles son los conceptos sobre los que la población general tiene menos conocimientos, se plantean algunas actividades formativas complementarias al currículo que podrían desarrollarse en los ciclos formativos de la familia profesional de Hostelería y Turismo con el objetivo de mejorar la formación de los futuros profesionales del sector, para que puedan aplicar los conocimientos adquiridos en el desempeño de su vida laboral.

Las actividades que se proponen son complementarias y pueden desarrollarse dentro de diferentes módulos profesionales, dependiendo del ciclo formativo en el que se encuentren. En algunos casos estas actividades podrán realizarse de forma conjunta y simultánea en más de un ciclo formativo, o también de forma complementaria a currículo en horas de libre disposición, como por ejemplo, las horas de tutoría.

Estas actividades pueden ser sometidas a cambios y variaciones con el fin de adaptarse a los diferentes ciclos formativos, y también a los diferentes grupos de estudiantes. Deberán contemplarse en la programación de cada módulo profesional y realizarse siempre bajo la

supervisión del personal docente, asegurando que el desarrollo de la actividad es adecuado y que los estudiantes adquieren los conocimientos necesarios.

## **6.1 Actividades sobre alimentación saludable**

### **6.1.1 Taller “Conocemos la dieta”**

#### **6.1.1.1 Propuesta de actividad**

En esta actividad se propone el desarrollo de un taller teórico-práctico de formación nutricional. El taller consta de una primera parte teórica en la que los estudiantes adquieren conocimientos sobre alimentación saludable. Algunos puntos de importancia para incluirse en esta primera parte son los siguientes:

- ¿Qué es la alimentación saludable?: definición y características
- Dieta: definiciones y ejemplos
  - Dieta mediterránea: características, evolución
- Guías nutricionales: pirámide de los alimentos, plato de Harvard, Gabas y Myplate
- Alimentos ultraprocesados: definición y cómo identificarlos
- Pautas para la elaboración de un menú equilibrado
  - Bases de datos nutricionales: BEDCA
- Dietas específicas: características y ejemplos de dietas para algunos sectores de la población que padecen enfermedades relacionadas con la alimentación (diabetes, celiaquía, diverticulitis, etc.)
  - Búsqueda de alternativas en los platos y las diferentes elaboraciones
  - Información adicional: cálculo de los equivalentes de hidratos de carbono

La segunda parte del taller es una parte práctica donde los estudiantes aplicarán los conocimientos aprendidos. Para el desarrollo de esta segunda parte se proponen diversas opciones a realizar, según el ciclo formativo en el que se desarrolle la actividad:

- Breve evaluación tipo test sobre lo aprendido
- Identificación de dietas: los estudiantes deben identificar y clasificar diferentes dietas semanales (dieta mediterránea, dieta de un diabético, etc.)
- Elaboración de un menú diario
  - Nivel 1: los estudiantes deben elaborar un menú diario equilibrado utilizando diversos platos y elaboraciones aportadas por el docente.
  - Nivel 2: los estudiantes deben elaborar un menú diario equilibrado desde cero.
- Elaboración de un menú semanal
  - Nivel 1: los estudiantes deben elaborar un menú semanal equilibrado utilizando diversos platos y elaboraciones aportadas por el docente.
  - Nivel 2: los estudiantes deben elaborar un menú semanal equilibrado desde cero.

### 6.1.1.2 Encuadre en el currículo

- **Ciclo formativo de Técnico Superior en Dirección de Servicios de Restauración**

El taller propuesto podría abordarse en el ciclo formativo de Técnico Superior en Dirección de Servicios de Restauración dentro del módulo profesional: 0502 Gastronomía y nutrición. Con la realización de este taller, se completarían algunos resultados de aprendizaje y saberes básicos del ciclo formativo, según lo marcado por el RD 688/2010 del 20 de mayo.

En este caso, y como se ha mencionado anteriormente, lo impartido en el taller ayudaría a que los estudiantes adquieran los conocimientos necesarios para superar los resultados de aprendizaje número: 2, 3 y 4 del módulo profesional mencionado anteriormente.

- **Ciclo formativo de Técnico Superior en Dirección de Cocina**

El taller propuesto podría abordarse en el ciclo formativo de Técnico Superior en Dirección de Cocina dentro del módulo profesional: 0500 **Gestión de la producción en cocina**. Con la realización de este taller, se completarían algunos resultados de aprendizaje y saberes básicos del ciclo formativo, según lo marcado por el RD 687/2010 del 20 de mayo.

En este caso, y como se ha mencionado anteriormente, lo impartido en el taller ayudaría a que los estudiantes adquieran los conocimientos necesarios para superar el resultado de aprendizaje número: 1 del módulo profesional mencionado anteriormente.

### 6.1.1.3 Temporalidad de la actividad

La temporalidad de este taller podría realizarse tomando 5 sesiones de 50 minutos de la siguiente manera:

#### Primera parte: teoría

- **Sesión 1:** conceptos básicos, definiciones, dieta mediterránea, guías nutricionales, alimentos ultraprocesados
- **Sesión 2:** pautas para la elaboración de un menú equilibrado, dietas específicas

#### Segunda parte: práctica

- **Sesión 3:** explicación de la actividad y búsqueda de información
- **Sesión 4:** realización de la actividad. Elaboración de los menús.
- **Sesión 5:** puesta en común y propuestas de mejora, Correcciones. Cierre del taller.

La temporalidad de la actividad puede verse modificada bajo el criterio del docente para cubrir con la programación del módulo profesional y las necesidades del grupo de estudiantes.

## 6.1.2 Seminario sobre el etiquetado

### 6.1.2.1 Propuesta de actividad

En esta actividad se propone un seminario sobre el etiquetado de alimentos, de forma que los estudiantes adquieran los conocimientos y la formación necesaria sobre ello. Durante este seminario se tratarán los siguientes puntos:

- Información que debe incluirse en el etiquetado

- Características
- Requerimientos de formato (legibilidad)
- Particularidades (alérgenos, declaraciones nutricionales y de propiedades saludables)
- Legislación vigente sobre el etiquetado y cómo buscarla
- Dudas y otras cuestiones

### **6.1.2.2 Encuadre en el currículo**

- **Ciclo formativo de Técnico Superior en Dirección de Servicios de Restauración**

El seminario propuesto podría abordarse en el ciclo formativo de Técnico Superior en Dirección de Servicios de Restauración dentro del módulo profesional: 0496. Control del aprovisionamiento de materias primas. Con la realización de este taller, se completarían algunos resultados de aprendizaje y saberes básicos del ciclo formativo, según lo marcado por el RD 688/2010 del 20 de mayo.

En este caso, y como se ha mencionado anteriormente, lo impartido en el taller ayudaría a que los estudiantes adquieran los conocimientos necesarios para superar el resultado de aprendizaje número: 2 del módulo profesional mencionado anteriormente.

- **Ciclo formativo de Técnico Superior en Dirección de Cocina**

El seminario propuesto podría abordarse en el ciclo formativo de Técnico Superior en Dirección de Cocina dentro del módulo profesional: 0496. Control del aprovisionamiento de materias primas. Con la realización de este taller, se completarían algunos resultados de aprendizaje y saberes básicos del ciclo formativo, según lo marcado por el RD 687/2010 del 20 de mayo.

En este caso, y como se ha mencionado anteriormente, lo impartido en el taller ayudaría a que los estudiantes adquieran los conocimientos necesarios para superar el resultado de aprendizaje número: 2 del módulo profesional mencionado anteriormente.

### **6.1.2.3 Temporalidad de la actividad**

Este seminario podría realizarse en una única sesión de 55 minutos siguiendo la siguiente estructura:

- Introducción (5 minutos)
- Información que debe incluirse en el etiquetado (10 minutos)
- Características del etiquetado (10 minutos)
- Requerimientos de formato (legibilidad) (10 minutos)
- Particularidades del etiquetado (15 minutos)
- Legislación vigente y cómo buscarla (5 minutos)
- Conclusiones y sesión de preguntas (5 minutos)

La temporalidad de la actividad puede verse modificada bajo el criterio del docente para cubrir con la programación del módulo profesional y las necesidades del grupo de estudiantes.

## **6.2 Actividades sobre alimentación sostenible**

### **6.2.1 Exposición sellos de calidad: DOP, IGP, ETG**

#### **6.2.1.1 Propuesta de actividad**

En el desarrollo de esta actividad los deberán de elaborar una exposición. Para ello, se divide a los estudiantes en grupos y se asigna a cada uno de los grupos un producto o alimento que tenga un sello de calidad (DOP, IGP, ETG).

Los estudiantes deberán buscar información sobre el producto o alimento que les ha sido asignado y realizar una breve exposición al resto de compañeros de unos 10 minutos de duración. Para la exposición podrán utilizar algún tipo de soporte explicativo ya sea físico o digital. Algunos puntos de interés a incluir en la exposición son los siguientes:

- Producto/alimento asignado (nombre científico, variedad, etc. si procede)
- Ingredientes (si procede)
- Diagrama de flujo
- Sello de calidad y requisitos
- Controles y/o auditorías

#### **6.2.1.2 Encuadre en el currículo**

- ***Ciclo formativo de Técnico Superior en Dirección de Servicios de Restauración***

La actividad propuesta podría abordarse en el ciclo formativo de Técnico Superior en Dirección de Servicios de Restauración dentro del módulo profesional: 0502 Gastronomía y nutrición. Con la realización de este taller, se completarían algunos resultados de aprendizaje y saberes básicos del ciclo formativo, según lo marcado por el RD 688/2010 del 20 de mayo.

En este caso, y como se ha mencionado anteriormente, lo impartido en el taller ayudaría a que los estudiantes adquieran los conocimientos necesarios para superar el resultado de aprendizaje número 2.

- ***Ciclo formativo de Técnico Superior en Dirección de Cocina***

La actividad propuesta podría abordarse en el ciclo formativo de Técnico Superior en Dirección de Cocina dentro del módulo profesional: 0502 Gastronomía y nutrición. Con la realización de este taller, se completarían algunos resultados de aprendizaje y saberes básicos del ciclo formativo, según lo marcado por el RD 687/2010 del 20 de mayo.

En este caso, y como se ha mencionado anteriormente, lo impartido en el taller ayudaría a que los estudiantes adquieran los conocimientos necesarios para superar el resultado de aprendizaje número 2.

### 6.2.1.3 Temporalidad de la actividad

La temporalidad de este taller podría realizarse tomando 4 sesiones de 50 minutos de la siguiente manera:

- **Sesión 1:** elaboración de los grupos y asignación del producto
- **Sesión 2:** búsqueda de información y planificación de la presentación
- **Sesión 3:** elaboración de la presentación
- **Sesión 4:** exposición oral de los grupos. Retroalimentación y puntos de mejora por parte de los compañeros

La temporalidad de la actividad puede verse modificada bajo el criterio del docente para cubrir con la programación del módulo profesional y las necesidades del grupo de estudiantes.

## 6.2.2 Seminario sostenibilidad ODS

### 6.2.2.1 Propuesta de actividad

En esta actividad los estudiantes asisten a un seminario sobre sostenibilidad en el sector alimentario y hostelero, y sobre los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030 que se relacionan con estos sectores. Con esta actividad se pretende que los estudiantes adquieran conocimientos básicos y esenciales sobre sostenibilidad, y pautas de cómo aplicarlos en el desempeño de su actividad laboral, fomentando así la sostenibilidad en el sector.

### 6.2.2.2 Encuadre en el currículo

Los currículos de los ciclos formativos de Técnico Superior en Dirección de Servicios de Restauración y Técnico Superior en Dirección de Cocina no contemplan formación sobre alimentación sostenible ni sobre los Objetivos de Desarrollo Sostenible, de forma que esta actividad resulta complementaria al currículo, y de gran importancia. La actividad podría encuadrarse en ambos ciclos formativos dentro de el módulo profesional 0501. Gestión de la calidad y de la seguridad e higiene alimentaria.

### 6.2.2.3 Temporalidad de la actividad

Este seminario podría realizarse en una única sesión de 55 minutos siguiendo la siguiente estructura:

- Introducción (5 minutos)
- Definición de los ODS (10 minutos)
- Relación de los ODS con los sectores alimentario y hostelero (15 minutos)
- Conceptos básicos (10 minutos)
- Pautas para alcanzar la sostenibilidad (10 minutos)
- Conclusiones y preguntas (5 minutos)

## 7. Conclusiones

En conclusión, actualmente la población general tiene una falta de formación y conocimientos sobre alimentación saludable y sostenible. Esto hace que muchas veces la

población no se encuentre totalmente capacitada para tomar decisiones adecuadas en cuanto a lo que a alimentación saludable y sostenible se refiere.

En este contexto, la formación de los profesionales del sector de la hostelería resulta de gran importancia, ya que ellos desempeñan roles clave en la industria alimentaria, con una gran influencia en las prácticas alimentarias de la sociedad general. Para llegar a esta formación, es importante centrarse en los estudiantes de Formación Profesional quienes al recibir una educación sólida en alimentación saludable y sostenible, podrán aplicar estos conocimientos en su vida laboral, promoviendo unos mejores hábitos de alimentación para la población.

Por ello es necesaria y de gran importancia la incorporación de actividades sobre alimentación saludable y sostenible en la formación de los estudiantes de Formación Profesional de la familia profesional de Hostelería y Turismo. De esta forma, los estudiantes adquieren a través de actividades complementarias, tanto teóricas como prácticas, los conocimientos y la formación necesaria sobre alimentación saludable y sostenible para ejercer su futura profesión de una forma adecuada, siendo un soporte y ayuda sobre estos temas para la población general.



## 8. Bibliografía

Blanes A., Trias-Llimós S. (2021). Vivir menos y con peor salud: el peaje de la población menos instruida en España. *Perspectives demogràfiques*, 24. chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://ced.cat/PD/PerspectivesDemografiques\_024\_ESP.pdf

Burgueño de la Cal, C. (2020). Marketing y tendencias en la industria alimentaria: algo más que comer [Trabajo de Final de Grado no publicado]. Universidad de Valladolid.

De Moraes Prata Gaspar, M. C., Celorio-Sardà, R., Comas-Basté, O., Latorre-Moratalla, M. L., Aguilera, M., Llorente-Cabrera, G. A., Puig-Llobet, M., & Vidal-Carou, M. C. (2022). Knowledge and perceptions of food sustainability in a Spanish university population. *Frontiers In Nutrition*, 9. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.970923>

De Moraes Prata Gaspar, M. C., Soar, C., Aguilera, M., Gómez, M., Celorio-Sardà, R., Comas-Basté, O., Killinger, C. L., & Vidal-Carou, M. C. (2023). Perceptions of Food among College Students in the Field of Food Science: A Food Sustainability Approach. *Foods*, 12(5), 917. <https://doi.org/10.3390/foods12050917>

García, E. B., Lesmes, I. B., Perales, A. D., Arribas, V. M., Del Puy Portillo Baquedano, M., Rivas, A., Salvo, U. F., Romero, L. T., Porcel, F. B. O., Laín, S. A., Gil, E. L., & Chillerón, M. Á. C. (2023). Report of the Scientific Committee of the Spanish Agency for Food Safety and Nutrition (AESAN) on sustainable dietary and physical activity recommendations for the Spanish population. *Food Risk Assess Europe*, 1(1). <https://doi.org/10.2903/sp.efsa.2023.fr-0005>

García, J., & Pulgar, N. (2011). Globalización: aspectos políticos, económicos y sociales. *Revista de Ciencias Sociales/Revista de Ciencias Sociales*, 16(4). <https://doi.org/10.31876/rcs.v16i4.25538>

González García I. (2021) Estudios de la Formación Profesional en España. Percepción social de los estudios de Formación Profesional de Hostelería y Turismo en la localidad de Ciudad Real [Tesis doctoral no publicada]. Universidad de Murcia.

Informe anual de comercio exterior agroalimentario y pesquero 2022: chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.mapa.gob.es/es/ministerio/servicios/analisis-y-prospectiva/informecomextanual2022\_rev5\_tcm30-657480.pdf

Juul, F., Parekh, N., Martinez-Steele, E., Monteiro, C. A., & Chang, V. W. (2022). Ultra-processed food consumption among US adults from 2001 to 2018. *The American Journal Of Clinical Nutrition*, 115(1), 211-221. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqab305>

Ley Orgánica 3/2022, de 31 de marzo, de ordenación e integración de la Formación Profesional. Publicado en: «BOE» núm. 78, de 01/04/2022.



López-Guzmán T., Jesus M.M. (2011). Turismo, cultura y gastronomía. una aproximación a las rutas culinarias. *Tourism & Management Studies*, vol. 1, 2011, pp. 929-922.

Moguillansky, M. (2011). Globalización, cultura y sociedad. Cambio cultural, géneros discursivos y estructuras del sentir. *Andamios*, 8(17), 323-344. <https://doi.org/10.29092/uacm.v8i17.455>

Papassotiriou, I., Riza, E., Benetou, V., & Orfanos, P. (2024). Mediterranean diet and a health behavior index in relation to cardiovascular biomarkers: DATA from the health and Retirement study. *NMCD. Nutrition Metabolism And Cardiovascular Diseases*. <https://doi.org/10.1016/j.numecd.2024.01.004>

Reglamento (CE) N° 1924/2006 del Parlamento Europeo y del Consejo. (2006). Relativo a las declaraciones nutricionales y de propiedades saludables en los alimentos. *OJ L 404*, 30.12.2006, p. 9–251

Real Decreto 687/2010, de 20 de mayo, por el que se establece el título de Técnico Superior en Dirección de Cocina y se fijan sus enseñanzas mínimas. <https://www.boe.es/eli/es/rd/2010/05/20/687>

Real Decreto 688/2010, de 20 de mayo, por el que se establece el título de Técnico Superior en Dirección de Servicios de Restauración y se fijan sus enseñanzas mínimas. <https://www.boe.es/eli/es/rd/2010/05/20/688>

Serra-Majem, L., & Ortiz-Andrellucchi, A. (2018). La dieta mediterránea como ejemplo de una alimentación y nutrición sostenibles: enfoque multidisciplinar. *Nutrición Hospitalaria*, 35(4). <https://doi.org/10.20960/nh.2133>

Stewart, J. X., Bramble, L., y Zirald, D. (2008), “Key challenges in wine and culinary tourism with practical recommendations”, *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 20 (3), 302-312.

Trujillo, M. V. F. (2016). La globalización como fenómeno político, económico y social. *Orbis. Revista Científica Ciencias Humanas*, 12(34), 26-41. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7161016.pdf>

Watanabe, J., Nieto, J. A., Suárez-Diéguez, T., & Silva, M. (2024). Influence of culinary skills on ultraprocessed food consumption and Mediterranean diet adherence: An integrative review. *Nutrition*, 121, 112354. <https://doi.org/10.1016/j.nut.2024.112354>