



## GRADO DE GASTRONOMÍA Y ARTES CULINARIAS

### ASIGNATURA: GASTRONOMIA, RESTAURACIÓN COLECTIVA Y NUTRICIÓN PÚBLICA, CURSO ACADÉMICO 2021-2022

## GUIA DE PRÁCTICA DE ORDENADOR

### PRÁCTICAS ORDENADOR 1 Y 2 ESTANDARIZACIÓN DE PESOS Y MEDIDAS CASERAS DE USO HABITUAL Y SU COMPARACIÓN INTERNACIONAL



**Profesora Responsable:** Dra. Rocío Ortiz Moncada, área de Medicina Preventiva y Salud Pública

**e-mail:** [rocio.ortiz@ua.es](mailto:rocio.ortiz@ua.es)

Alicante, Octubre 2021

# **GUIA DE PRÁCTICA DE ORDENADOR**

## **1. PRESENTACIÓN**

Las actividades gastronómicas de forma exitosa requieren de la presentación del emplatado atractivo en el menor tiempo posible, para la satisfacción de los comensales con el servicio. Por ello, los profesionales de la gastronomía deben de contar entre otros, además de las herramientas de cocina apropiadas, el menaje del hogar que los comensales usan de forma habitual para comer como lo es la vajilla.

Muchos de estos utensilios se necesitan en el proceso de la elaboración del menú y ayuden a cuidar lo que se come. Para ello se requiere de conocer las denominaciones ó nombres que la población identifica del menaje de hogar relacionados con las medidas y/o pesos de los elementos que componen la vajilla. Lo que ayudará al profesional a desarrollar habilidades en la aplicación de menús en los colectivos poblacionales en las intervenciones de promoción de la salud.

## **2. COMPETENCIAS**

Esta práctica permitirá al alumnado del grado de Gastronomía y Artes Culinarias aplicar conocimientos adquiridos en el estudio profesional de la gastronomía, así como de la capacidad de trabajar en equipo y de planificar actividades para colectivos poblacionales en el ámbito de la nutrición pública. El producto final de la información sintetizada en un e-book el alumnado demostrará destrezas y habilidades en informática como en comunicación oral y escrita.

## **3. OBJETIVOS DE APRENDIZAJE**

Reconocer forma, usos y aplicaciones del menaje de uso habitual en los hogares del alumnado del Grado Gastronomía y Artes Culinaria de la Universidad de Alicante y su comparación en ámbito internacional.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS DE LA PRÁCTICA:**

Identificar los instrumentos de pesos y medidas caseras usados habitualmente por los estudiantes y su análisis.

Conocer las denominaciones de los elementos del menaje de vajilla que se expresan culturalmente en el lenguaje de los grupos inmigrantes prominentes en el ámbito del hogar y poblacional.

Medir individualmente los pesos y medidas de los utensilios caseros usados habitualmente en la servida de los alimentos.

Adquirir habilidades en el manejo bases de datos y de sistemas informatizados.

Estandarizar los pesos y medidas de los utensilios usados habitualmente en el hogar y comprarlos internacionalmente.

Crear un instrumento de recogida de resultados de divulgación como un e-book que sirva de consulta y visibilizar el trabajo en el campo de la gastronomía y artes culinarias.

## **3. METODOLOGIA DOCENTE**

Durante las prácticas de ordenador 1 y 2, se realizará la estandarización de medidas caseras y su respectiva divulgación técnica usando TIC.

Cada práctica consiste en actividades presenciales en el aula con una duración de 3 horas cada una; y de actividades no-presenciales de 1,5 horas por cada hora de actividad presencial. Estas actividades no-presenciales se realizarán antes de realizar las prácticas de ordenador presenciales y tendrán nota.

Para las actividades grupales, se formarán 4 grupos nombrando un(a) coordinador(a), cuya función es apoyar la organización del grupo para llevar a cabo las actividades. Es ideal que sea una persona que el grupo le reconozca como mediador(a).

**EXPLICACIÓN DE LAS PRÁCTICAS DE ORDENADOR POR EL PROFESORADO (primera práctica de ordenador)**

## PRÁCTICA DE ORDENADOR 1

### 4.1. Actividades No-presenciales individual (antes de la práctica)

- Cada estudiante revisará los utensilios que usa de forma habitual para servir su comida.
- Selecciona todos aquellos que usualmente usas. Por ejemplo lo que ves en la foto. La estudiante del ejemplo usa habitualmente 1 solo tipo de taza, 1 solo tipo de vaso de cristal, 1 solo tipo de plato hondo y dos tipos de platos llanos uno grande y uno mediano, además un plato pequeño.



- Haz un listado con el nombre que usualmente le denominas a cada utensilio del menaje (no incluir cubiertos). Muchas veces se tiene un nombre local o cultural en casa. A modo de ejemplo: taza; otro le llama tazón; ó taza del desayuno; taza de las de café. Inclusive en la Comunidad Valenciana esta la taza de café de bombón. Este ejercicio se refiere a la forma tradicional que se nombra en casa.
- Y así sucesivamente con los vasos, platos llanos y platos hondos. Toma las medidas de cada uno de ellos por triplicado y, saca el promedio.



Taza:

Alto (cm) y diámetro (cm). Volumen en agua (ml); para ello llena con agua la cantidad que sueles consumir.



Plato hondo:

Profundidad (cm) y diámetro (cm). Volumen en agua (ml); para ello llena con agua la cantidad que sueles consumir.



Plato llano: Diámetro (cm)

Crea tu propia tabla 1.

Tabla 1. Medidas caseras de uso habitual por alumno (NOMBRE ESTUDIANTE)\* \*\*

\*Recuerda que debes de anotar los nombres que le das en casa y, solo aquellos que utilizas. Esos son ejemplos.

\*\* Son ejemplos de los promedios, debes de colocar las medidas propias.

1. Utensilio de menaje Nombre usual casero* Ejemplos	2. Medida 1º Alto x Diámetro (cm)	3. Medida 2º Alto x Diámetro (cm)	4. Promedio Alto x Diámetro (cm) **
1 vaso pequeño*			10 x 6 cm**
1 vaso para agua*			13 x 7 cm**
1 vaso grande*			
1 taza pequeña*			
1 taza del desayuno*			12 x 7 cm**
1 taza grande*			
1 plato pequeño*			
1 plato mediano*			15 cm**
1 plato grande*			25 cm**
1 plato de sopa*			15 cm x 5 cm profundidad**

- Completa la tabla 2 a partir de la tabla 1.  
Con los nombres que incluiste en la tabla 1 (columna 1), y los promedios de las medidas usadas por utensilio (columna 4) completa la información en la tabla 2. En las columnas 3 a 5 completa la información:  
Volumen (ml): lo que te midió llenando vaso, taza y plato hondo con agua)  
Uso: anota si ese utensilio lo usas solo para desayuno, comida, cena, almuerzo, merienda o noche; o si lo usas siempre cuando vas a servir alimentos.  
Percepción del tamaño: según tu propio criterio de qué tamaño defines el utensilio de menaje que utilizas: Grande (G), Mediano (M) ó Pequeño (P).

Tabla 2. Medidas caseras de uso habitual individual

Nombre usual casero utensilio	Promedio Alto x Diámetro (cm)	Volumen (ml)	Uso (desayuno, comida, cena, otros, para todos)	Percepción del tamaño G, M, P

- Toma una foto con fondo blanco e indica las medidas promedio (cm) en papel o en cualquier material que consideres apropiado.

**ENTREGA:** todos los estudiantes deben de enviar su actividad completa el Lunes 27 de Septiembre 2021 hasta las 23 horas

A través de **campus virtual UACloud-> Evaluación**, entrega de prácticas en: " PO1 Actividad NO Presencial Grupo?"

Nombrar el archivo de la siguiente forma: primer y segundo apellidos, inicial letra nombre, Práctica ordenador 1 (PO1) no presencial.

"Apellido1Apellido2InicialNombre\_PO1\_No presencial.pdf"

Ejemplo: "CerroSanchezJ\_PO1\_No presencial.pdf"

Nota: si el archivo pesa mucho, incluir fotos mas pequeñas.

## ESTANDARIZACIÓN DE PESOS Y MEDIDAS CASERAS DE USO HABITUAL, COMPARACIÓN INTERNACIONAL Y DIVULGACIÓN

### 4.2 Actividades presenciales (durante la práctica presencial):

#### PRIMERA PARTE: ESTANDARIZACIÓN

Cada grupo establecido creará una base de datos en Excel que recoja todos los resultados de las medidas caseras, como se muestra en la tabla 3.

Análisis de los resultados: por grupos sacar resultados de cada uno de los instrumentos utilizados.

Puesta en común de los utensilios.

Elaboración de una ficha común entre todo el grupo, orientada por la profesora.

Tabla 3. Medidas caseras de uso habitual por grupos de estudiantes UA

Grupo: \_\_\_\_\_ Coordinador(a): \_\_\_\_\_ Fecha: \_\_\_\_\_

Nombre usual casero utensilio	Promedio Alto x Diámetro (cm)	Volumen (ml)	Uso (desayuno, comida, cena, otros, para todos)	Percepción del tamaño G, M, P

## SEGUNDA PARTE: COMPARACIÓN INTERNACIONAL

Para esta parte se utilizará la técnica de "rompecabezas". Cada grupo, a través de su coordinador(a) distribuirá a sus compañeros en 4 subgrupos de expertos llamados Sub-Grupo1 vasos; Sub-Grupo2 tazas; Sub-Grupo3 Platos-llanos; Sub-Grupo4 Platos-hondos.

Cada experto(s) de cada sub-grupo se unirá con los expertos de los otros sub-grupos para compartir y discutir por 45 minutos los resultados.

Además complementarán los nombres y medidas internacionales como se especifica en la tabla 4. Incluir Bibliografía

Tabla 4. Medidas caseras de utensilios de menaje según uso habitual del alumnado del Grado de Gastronomía y Artes Culinarias

Características	Vasos	Tazas	Platos llanos	Platos hondos
Nombre usual casero utensilio				
Medidas promedio Alto x Diámetro (cm)				
Medida de Volumen (ml)				
Uso (desayuno, comida, cena, otros)				
Percepción del tamaño G, M, P				
Definir un término genérico casero				
Término genérico internacional				
Observaciones				
GRUPO BASE	SUB-GRUPO 1	SUB-GRUPO 2	SUB-GRUPO 3	SUB-GRUPO 4

Trabajo grupo de expertos:

### Grupo de expertos Sub-Grupo1 vasos:

Alumno-1 grupo 1. Alumno-1 grupo 2. Alumno-1 grupo 3. Alumno-1 grupo 4.

### Grupo de expertos Sub-Grupo2 tazas:

Alumno-2 grupo 1. Alumno-2 grupo 2. Alumno-2 grupo 3. Alumno-2 grupo 4.

### Grupo de expertos Sub-Grupo3 Platos-llanos:

Alumno-3 grupo 1. Alumno-3 grupo 2. Alumno-3 grupo 3. Alumno-3 grupo 4.

### Grupo de expertos Sub-Grupo4 Platos-hondos

Alumno-4 grupo 1. Alumno-4 grupo 2. Alumno-4 grupo 3. Alumno-4 grupo 4.

Un vez finalizado el trabajo de los equipos de expertos, se retomará cada uno su grupo de base, donde compartirán la información con sus compañeros de equipo durante 30 minutos.

Cada grupo analizará los resultados y, sacará sus propias conclusiones.

### **ENTREGA (el mismo día de la práctica de ordenador)**

A través de campus virtual UACloud-> Evaluación, entrega de prácticas. Se enviará una por grupo con los datos del coordinador(a) no olvidar señalar los componentes del grupo en la aplicación.

"PO1\_Grupo1\_ApellidosApellidoNombre.pdf"

"PO1\_Grupo2\_ApellidosApellidoNombre.pdf"

"PO1\_Grupo3\_ApellidosApellidoNombre.pdf"

"PO1\_Grupo4\_ApellidosApellidoNombre.pdf"

## PRÁCTICA DE ORDENADOR 2

### 5.1. Actividades No-presenciales (antes de la práctica)

Finalizar la actividad de la práctica de ordenador 1, en caso que no se haya terminado.

Revisar qué es un e-book. Ventajas, limitaciones y usos en gastronomía.

Como hacer un e-book desde 0 (9:28´)

<https://www.youtube.com/watch?v=zXJwKrVZPtU>

### 5.2 Actividades presenciales (durante la práctica presencial)

**E-books:** Los libros no van a extinguirse, pero el formato electrónico está de moda y es muy útil para facilitar el acceso a la lectura. Además, en algunas plataformas es posible poner enlaces para enriquecer la historia y generar tráfico para otros canales.

TUTORIAL CANVA+E-BOOK COMO HACER UN EBOOK EN CANVA + MOCKUP GRATIS ⚡ (14´)

<https://www.youtube.com/watch?v=8nO0P-k1Yho>

(<https://www.youtube.com/watch?v=8nO0P-k1Yho>)

Como hacer un e-book desde 0 (9:28´)

<https://www.youtube.com/watch?v=zXJwKrVZPtU>

Cómo hacer tu eBook gratis usando Word y Calibre (10´)

<https://www.youtube.com/watch?v=IDCMmc3757A>

### ENTREGA (el mismo día de la práctica de ordenador)

Los formatos de e-book, se subirán a YouTube

## **6. EVALUACIÓN INDIVIDUAL DE LA PRÁCTICA**

Cada práctica se calificará sobre 10.

Se invita a cada estudiante a valorar la práctica de ordenador teniendo en cuenta las competencias alcanzadas y su utilidad profesional.

## **7. PROFESORADO COLABORADOR EXTERNO**

### **(invitado)**

Diego Abelardo Ortiz, profesor colaborador honorífico de la Universidad de Alicante desde 2019. Es miembro externo del grupo de investigación ALINUT. El profesor participará específicamente orientando los contenidos divulgación de los resultados usando e-book, a través de las narrativas Transmedia.