

CID

COMPETENCIAS EN
INFORMACIÓN
DIGITAL

**MANTENERSE AL DÍA EN
INFORMACIÓN CIENTÍFICA:
NUTRICIÓN HUMANA Y DIETÉTICA**



Biblioteca de la Universitat d'Alacant
Biblioteca de la Universidad de Alicante



Universitat d'Alacant
Universidad de Alicante

ÍNDICE

Para empezar	2
RSS (Really Simple Syndication).....	2
Alertas y suscripciones	3
Webs, blogs y wikis	3
Foros y listas de distribución	4
Marcadores sociales.....	4
Preprints y onlinefirst	5
Redes sociales verticales profesionales	5
Curación de contenidos (Content Curation)	6
Mantenerse al día en Nutrición Humana y Dietética	9
Blogs.....	9
Portales y Sitios web	10
Congresos y Conferencias	14
Foros, Listas de distribución y Redes sociales.....	15
Para finalizar.....	15

PARA EMPEZAR

La adquisición y uso de competencias en información digital no concluye con la finalización de los estudios superiores.

Estas competencias y habilidades obtenidas hay que enmarcarlas dentro del aprendizaje continuo a lo largo de la vida (lifelong learning), tratándose, por tanto, de un proceso cíclico y de actualización constante.

Uno de los objetivos del nivel avanzado de las CID es precisamente mantenerse al día en la información científica. Para ello contamos con diversas herramientas que facilitan esta tarea.

RSS (REALLY SIMPLE SYNDICATION)

La sindicación de contenidos es quizás la herramienta más comúnmente utilizada para estar al día de las últimas noticias o publicaciones en el ámbito de nuestro interés.

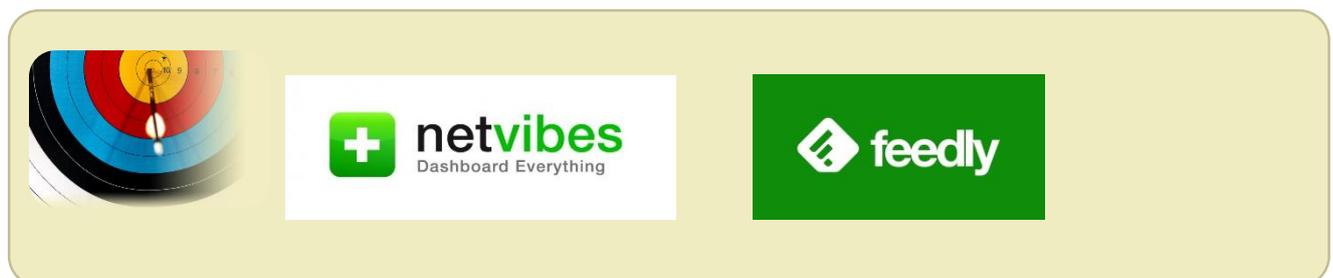


Prácticamente todas las webs y recursos de información disponen de un servicio de sindicación de contenidos que permiten recibir notificaciones cuando el contenido suscrito se actualiza.

Son programas de escritorio o sitios web (también para smartphones) que permiten visualizar de forma centralizada los canales suscritos en distintas fuentes, facilitando el acceso a los mismos sin necesidad de tener que visitar una a una las páginas webs suscritas.

Para facilitar la lectura de los canales suscritos mediante RSS es conveniente utilizar agregadores.

Ejemplo



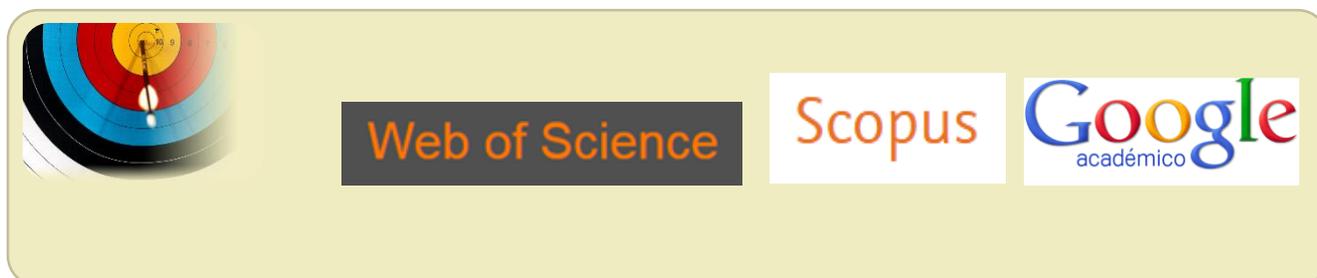
ALERTAS Y SUSCRIPCIONES

Los recursos de información tales como bases de datos, portales de revistas-e, sumarios-e, OPACs... permiten suscribirse a sus servicios personalizados. Aunque no están disponibles en todos los recursos, los servicios principales que suelen ofrecer son:

- **Suscripciones (favoritos):** envía notificaciones al correo electrónico cuando se publica un nuevo contenido con los criterios seleccionados (un nuevo número de revista, nuevos documentos de una materia concreta...).
- **Guardar búsquedas:** permite volver a ejecutar una búsqueda previamente guardada. En algunos casos se puede recibir en el correo de forma periódica, nuevo contenido publicado que coincida con los criterios de la búsqueda guardada (i.e. ScienceDirect).

En algunos recursos de información existe la posibilidad de crear **alertas de citas** que permiten recibir notificaciones cuando se publiquen documentos que nos citen, o bien cuando indexen un trabajo de nuestra autoría.

Ejemplo



WEBS, BLOGS Y WIKIS

Además de las fuentes de información científica más convencionales y académicas como bases de datos, portales de revistas-e..., existen otras con un carácter más independiente y abierto a la participación colectiva.

Estos recursos, salvo excepciones, son de acceso abierto y gratuito. Pertenecen a la llamada web 2.0 y permiten la participación colectiva en la creación de contenidos ya sea publicando comentarios, puntuando, recomendando, aportando conocimientos...

Son fuentes menos rigurosas en principio, pero también más versátiles y dinámicas.

Importante



Las [guías temáticas de la BUA](#) contienen una selección rigurosa de estas fuentes de información clasificadas por materia.

FOROS Y LISTAS DE DISTRIBUCIÓN

Los foros están orientados al debate o intercambio de opiniones mientras que las listas de distribución se encargan de la difusión de información relevante en un ámbito temático concreto.

En ambos casos suelen estar promovidos por asociaciones o colectivos profesionales.

Ejemplo



MARCADORES SOCIALES

Un marcador social es un enlace a un recurso web que se desea compartir.

Las aplicaciones de marcadores sociales permiten a las usuarias y usuarios almacenar, compartir y clasificar enlaces en Internet, mediante etiquetas personalizadas (*tags*) que describen el contenido o materia del recurso compartido.

La información suele ser bastante relevante puesto que la clasificación y selección de recursos se realizan de forma manual.

Importante



Los marcadores sociales son especialmente interesantes para obtener información de grupos con intereses comunes en áreas temáticas concretas.

Ejemplo



PREPRINTS Y ONLINEFIRST

Este apartado contempla otras alternativas para estar al día en la información más reciente. Dependiendo del recurso reciben denominaciones distintas, aunque aquí se muestran las más comunes:

- **Pre-prints:** son documentos que están pendientes de revisión y que todavía no han sido publicados en una revista, pero están disponibles para su consulta en línea.
- **Onlinefirst:** son documentos ya revisados y pendientes de ser publicados formalmente en una revista. También son consultables en línea.

REDES SOCIALES VERTICALES PROFESIONALES

Consideramos redes sociales **verticales** a aquellas que versan sobre una temática concreta, a diferencia de las llamadas redes horizontales o generales (Facebook, Twitter...).

Los perfiles de usuarias y usuarios en estas redes verticales son más homogéneos y segmentados, al compartir intereses comunes en un campo concreto.

Las redes sociales **profesionales** son, en definitiva, redes verticales que están especializadas en el mundo laboral y de los contactos profesionales. Permiten interactuar y compartir conocimientos en el plano profesional/laboral con profesionales de diferentes ámbitos.

Ejemplo



Para todos los ámbitos profesionales:

LinkedIn  **XING** 

Para sectores concretos:

 **esanum**
comunio adiuvat

 **STRATOS**
Punto de encuentro de desarrolladores

 **womenalia**

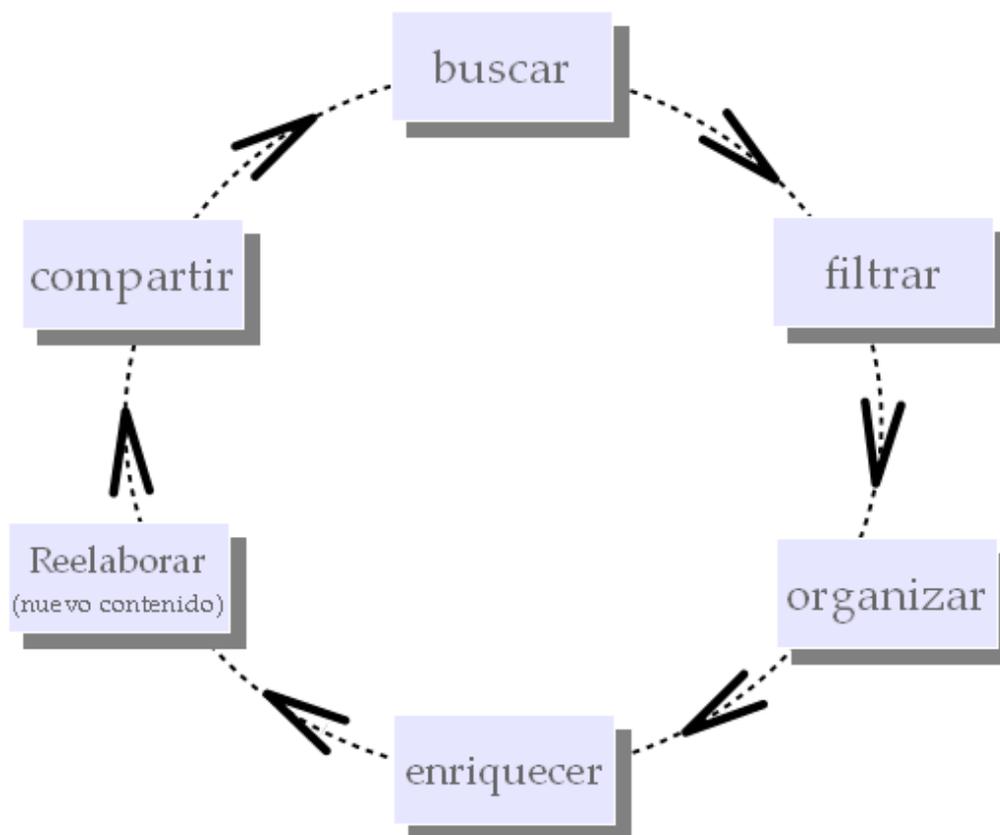
CURACIÓN DE CONTENIDOS (CONTENT CURATION)

Aunque este apartado trata más aspectos que el tema que nos ocupa, puede ser de interés conocer de forma global otras fases que intervienen en el tratamiento de la información.

La curación de contenidos tiene como objetivo fundamental filtrar la información relevante para la usuaria/o, con el propósito de recopilar, organizar y crear nuevo contenido para posteriormente difundirlo.

Esta estrategia surge como respuesta a la ingente cantidad de información a la que tenemos que hacer frente en cualquier proceso de búsqueda.

El proceso de curación por tanto consta de diversas etapas:



En definitiva, las herramientas de curación de contenidos se encargan de filtrar y seleccionar información, devolviendo sólo aquello que nos sea útil en función de nuestros intereses.

Ejemplo



Para buscar: permiten buscar y analizar, de manera simultánea y a tiempo real, en la web social (blogs, marcadores, redes sociales...).



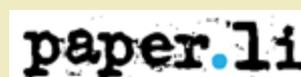
Para filtrar: Automatiza acciones en canales y servicios web mediante condiciones. Herramienta muy potente para estar al día de la información publicada de nuestro interés, permitiendo automatizar envíos de información cuando se cumpla la condición puesta.



Para organizar: Red colaborativa de marcadores sociales para la organización de contenidos web.



Para difundir: Creación de contenidos con formato de periódico online con una temática concreta a partir de contenidos recogidos y filtrados desde distintos canales (redes sociales, web, Youtube, RSS...)



MANTENERSE AL DÍA EN NUTRICIÓN HUMANA Y DIETÉTICA

Como complemento a los recursos genéricos explicados en los apartados anteriores, en la siguiente tabla os ofrecemos una serie de recursos específicos que os pueden ser útiles a la hora de estar informados y al día en el campo de la Nutrición Humana y Dietética. No pretende ser una lista exhaustiva sino sólo orientativa de la cantidad de recursos que hay a vuestra disposición para permanecer al día en la red.

BLOGS

Título	Descripción
Comer o no comer	Blog prolongación del libro con el mismo título en el que 57 expertos y expertas en Nutrición desmintieron mitos muy frecuentes relacionados con la alimentación.
Dime qué comes	Blog muy actual y actualizado de Lucía Martínez, Nutricionista y experta en obesidad. Ofrece múltiples artículos sobre temas relacionados con la nutrición, la alimentación saludable, la dietoterapia, la alimentación infantil, las pseudodietas, la relación entre la alimentación y la psicología, el etiquetado de productos, respuestas a consultas sobre alimentación y nutrición, y un largo etc. También puedes encontrar recetas, enlaces a blogs y webs de interés, sus intervenciones en medios de comunicación y mucha información sobre alimentación vegetariana.
Dietética sin patrocinadores	Blog de la Asociación Científica Dietética sin Patrocinadores (DSP) que pretende dar a conocer al público temas de nutrición y salud sin influencia alguna por parte de la industria.
El nutricionista de la General	Blog de Juan Revenga, nutricionista y biólogo por la Universidad de Navarra y autor de libros como “Adelgázame, miénteme”. Sus artículos aclaran multitud de temas desde la evidencia científica. Además, se puede acceder a sus colaboraciones en otras publicaciones y ver las reseñas de sus libros.
Blog de Julio Basulto	Julio Basulto es un divulgador de la nutrición basada en la evidencia científica. En su blog comparte sus artículos, colaboraciones en radio, anuncios de próximas charlas y cursos que imparte.
Mi dieta cojea	Blog especializado en nutrición, dietética, alimentación, cocina, salud, etc. El responsable del blog es Aitor Sánchez García, autor del libro “Mi dieta cojea”.
Lo que dice la ciencia para adelgazar	Blog de Luis Jiménez. En 'Lo que dice la ciencia para adelgazar' aporta evidencia científica y numerosos datos para hablar de todo lo relacionado con el adelgazamiento. También se pueden leer las reseñas de sus libros y descargarse muestras gratuitas.

Scientia	José Manuel López Nicolás, químico, docente e investigador es el autor de 'Scientia' donde podemos encontrar novedades científicas con un toque de humor. Entre sus secciones: Avances en Nuevos Alimentos, La Ciencia de El Señor de los Anillos, Ciencia en la Cocina o Marketing pseudocientífico.
Gominolas de petróleo	Es el blog del tecnólogo de alimentos e ingeniero técnico agrícola Miguel Ángel Lurueña. Aporta mucha información científica sobre alimentación y ciencia. Plantea los temas de forma muy interesante, desmitificando mitos y destapando fraudes a base de datos y rigor científico. Además, tiene un acceso a su canal de ivoox, donde cuelga todas sus colaboraciones en radio y sus propios podcasts.
Aprendiz nutricional	Es un blog en el que se habla de los temas más interesantes relacionados con la nutrición. Tratan todo lo que necesitas saber sobre los alimentos y los nutrientes más importantes como las vitaminas, los minerales, los hidratos de carbono, las proteínas y las grasas.
EASO. Blog	The European Association for the Study of Obesity Blog. Nace con el objetivo de promover la acción a través de la comunicación, la investigación. EASO pretende ser una plataforma global para compartir ideas y desarrollar soluciones en el contexto europeo.
No + aditivos	Blog muy colaborativo del periodista Moisés Chacón que trata fundamentalmente sobre los aditivos alimentarios.
USDA. Blog	Blog de USDA, United States Department of Agriculture, Su propósito es desarrollar y ejecutar políticas de ganadería, agricultura y alimentación. Su meta es entender en las necesidades de los productores promoviendo el comercio agrícola y la producción, trabajando para asegurar seguridad alimentaria, protegiendo los recursos naturales, mejorar las comunidades rurales, y poner fin al hambre.
RedNube.Blog	Blog de RedNube, Red de Nutrición Basada en la Evidencia. La Red de Nutrición Basada en la Evidencia (RED-NuBE) es una red de trabajo colaborativa que pretende aunar todos los esfuerzos que se están realizando en investigación secundaria (elaboración de guías basadas en pruebas o evidencias y metaanálisis) en el campo de la Nutrición Humana y Dietética, fomentando tanto el acceso libre y equitativo como el acceso más económico y asequible a las principales herramientas y bases de datos especializadas existentes.

PORTALES Y SITIOS WEB

Título	Descripción
FEN	Web de la Fundación Española de Nutrición cuyo objetivo es potenciar el estudio, conocimiento y mejora de la nutrición de los españoles, a cuyo fin coordina estamentos científicos e industriales en las tareas investigadoras en el campo de la nutrición, impulsando una comunicación de doble vía entre los sectores científico e industrial.

<p>RedNube</p>	<p>La Red de Nutrición Basada en la Evidencia (RED-NuBE) es una red de trabajo colaborativa que pretende aunar todos los esfuerzos que se están realizando en investigación secundaria (elaboración de guías basadas en pruebas o evidencias y metaanálisis) en el campo de la Nutrición Humana y Dietética, fomentando tanto el acceso libre y equitativo como el acceso más económico y asequible a las principales herramientas y bases de datos especializadas existentes. Entre los objetivos de RED-NuBE se encuentra acercar las mejores pruebas imparciales (evidencias) a aquellos profesionales que más las necesitan, los dietistas-nutricionistas que trabajan día a día con los pacientes/clientes. es un proyecto creado en el seno de la Academia Española de Nutrición y Dietética, con el apoyo del Consejo General de Colegios Oficiales de Dietistas-Nutricionistas de España.</p>
<p>AESAN</p>	<p>La Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) integra y desempeña, en el marco competencial de la Administración General del Estado, las funciones relacionadas con la seguridad alimentaria y la nutrición saludable. Desde esta página web podemos acceder a la Legislación nacional y europea sobre seguridad alimentaria así como notas interpretativas de esta legislación aprobadas por la Comisión Institucional de AESAN.</p>
<p>Educa NAOS</p>	<p>En este apartado de la web de la Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) encontrarás recursos educativos para compartir con la familia o en la escuela, para fomentar los hábitos de alimentación saludable y la práctica de actividad física de forma saludable. Este material está elaborado dentro de la Estrategia para la Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad.</p>
<p>FAO</p>	<p>La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) tiene como objetivo garantizar la seguridad alimentaria y asegurar que todas las personas tengan acceso a alimentos de buena calidad que les permitan llevar una vida activa y saludable.</p>
<p>FESNAD</p>	<p>La Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD), integra Asociaciones de profesionales de la Nutrición con distintos enfoques: enfermeras, graduados en Ciencia y Tecnología de los alimentos, endocrinos y dietistas.</p>
<p>IATA</p>	<p>Instituto de Agroquímica y Tecnología de los Alimentos es un centro de investigación del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC). Su objetivo científico-técnico es llevar a cabo investigación de excelencia sobre la producción de alimentos de calidad de forma sostenible, su seguridad, impacto sobre la salud y aceptación por el consumidor</p>
<p>Food Safety.gov</p>	<p>Portal que permite acceder a información sobre seguridad alimentaria proporcionada por agencias gubernamentales de Estados Unidos.</p>
<p>SENC</p>	<p>La Sociedad Española de Nutrición Comunitaria tiene como objetivo el estudio del estado nutricional de la población española mediante métodos estandarizados, así como el desarrollo de objetivos nutricionales y guías alimentarias dirigidas tanto a la población general como a grupos específicos.</p>

SEEN	Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición. Podemos realizar una búsqueda por áreas temáticas, también cuenta con herramientas nutricionales y artículos publicados en Pubmed.
SEÑ	Sociedad Española de Nutrición promueve el desarrollo de la Nutrición como ciencia multidisciplinar, organizando congresos y reuniones científicas, patrocinando publicaciones y estableciendo relaciones con otras sociedades nacionales de ciencias afines.
Fundación Dieta Mediterránea	La Fundación Dieta Mediterránea fomenta la investigación sobre esta dieta, difunde los resultados de los estudios y promueve la Dieta Mediterránea entre los diferentes grupos poblacionales. Ofrece recursos muy prácticos e interesantes, como menús semanales, recetas, alimentos y productos de temporada, consejos sobre alimentación saludable y actividad física, pautas nutricionales, una guía de restaurantes con menús que siguen la dieta mediterránea y mucho más.
SEDCA	La Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación (S.E.D.C.A.) tiene como principal característica la multidisciplinariedad, integrando las aportaciones de farmacéuticos, médicos, veterinarios, químicos, biólogos, diplomados en enfermería, dietistas, etc. cuyo trabajo se desarrolla en el campo de la Dietética y las Ciencias de la Alimentación.
Fundación Alimentación Saludable	Este recurso web de la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación ofrece información para promover la alimentación equilibrada y saludable en todas las edades y circunstancias vitales. En ella podrás descubrir conceptos básicos sobre nutrición, tus necesidades nutritivas, en qué se basa una alimentación equilibrada, recetas... Destaca la sección donde se recogen noticias sobre alimentación y salud publicadas en otros medios, la agenda de actividades, la sección de publicaciones divulgativas de la SEDCA y la lista de blogs recomendados.
SEEDO	Página web de la Sociedad Española para el estudio de la obesidad. es una sociedad científica multidisciplinar centrada en el estudio, divulgación, formación de los profesionales de la salud, prevención y tratamiento de todos los aspectos relevantes relacionados con los problemas de exceso de peso. Una entidad altamente implicada en el ámbito científico nacional e internacional que ha colaborado en numerosas iniciativas de prevención y tratamiento de las administraciones de salud pública como, por ejemplo, la estrategia NAOS. Entre sus aportaciones destacan consensos, guías de práctica clínica, tratados, cursos de formación y congresos.
ASN	La American Society for Nutrition es producto de la unión de la Sociedad Americana de Nutrición Clínica, la Sociedad Americana de Ciencias de la Nutrición (anteriormente el Instituto Americano de Nutrición) y la Sociedad Internacional de Nutrición.
UNSCN	El Comité Permanente de las Naciones Unidas sobre Nutrición (UNSCN) es un foro donde los organismos de Naciones Unidas, asociados bilaterales y ONG se reúnen para intercambiar información y discutir temas relacionados con la nutrición.

NUTRITION (WHO)	Página web de la Organización Mundial de la Salud con recursos sobre nutrición.
EFFoST	European Federation of Food Science and Technology facilita el intercambio de conocimientos y tecnología entre científicos, ingenieros, responsables políticos y empresas del sector alimentario, con el objetivo de mejorar la adopción de nuevas tecnologías y desarrollos. Al apoyar el desarrollo de la ciencia y la tecnología de los alimentos, EFFoST pretende avanzar en la producción de alimentos sostenibles y saludables para todos en un mundo cambiante.
ICDA	International Confederation of Dietetic Associations, organización de Asociaciones Nacionales de Dietistas-Nutricionistas. ICDA es ampliamente reconocida como la organización internacional para los profesionales de la dietética.
ESPEN	Página web de la European Society for Clinical Nutrition and Metabolism.
NutritionData	Web que contiene las características nutricionales de cualquier alimento de forma muy exhaustiva. Se puede elegir entre distintos tamaños de ración, pero lo más ideal es calcular cada 100 gramos. Podemos consultar de forma general, la etiqueta nutricional a la que estamos acostumbrados para poder comprobar las calorías, grasas, hidratos de carbono, proteínas, etc.
EUFIC	Organización de ámbito europeo sin ánimo de lucro que ofrece información amena y con base científica, sobre alimentación y salud. Además, puedes encontrar información en formatos tan distintos como artículos, vídeos, podcasts o infografías, para facilitar la comprensión. Se tratan temas relacionados con la alimentación desde todos los ángulos; por ejemplo, alimentación según edad, sexo y diferentes situaciones de la vida; sobre la producción de los alimentos, desde el origen hasta que llegan a nuestra mesa; de los nutrientes; de la seguridad alimentaria; del etiquetado; recomendaciones para comprender la información científica; etc. La página ofrece información en varios idiomas, entre ellos, el español.
Nutrimedia	Nutrimedia es una web de información científica sobre alimentación y nutrición dirigida al público general. El signo distintivo de este recurso informativo es que ofrece análisis rigurosos del grado de confianza que merecen algunos mensajes que se difunden en los medios de comunicación y las redes sociales, a la vez que da respuesta a preguntas formuladas por el público. Su objetivo es poner a disposición del ciudadano datos y criterios científicos para que puedan tomar decisiones informadas sobre alimentación y salud.
The Nutrition Source	School of Public Health, con sede en el Departamento de Nutrición de la Escuela de Salud Pública TH Chan de Harvard es una autoridad líder en el conocimiento de alimentos y nutrición, que proporciona orientación basada en la evidencia para una vida saludable.
Eat Right	Esta página web (en inglés) de la Academia de Nutrición y Dietética americana ofrece información sobre alimentación, actividad física y salud, dividida en apartados según edad (niños, adolescentes, adultos y mayores) y sexo (hombres y mujeres). Encontrarás artículos y vídeos para descubrir temas tan diversos como qué entendemos por una

	porción de alimento, tipos de dietas vegetarianas, alergias alimentarias, seguridad alimentaria, recetas, consejos y muchas otras cosas.
Codex Alimentario	El Código Alimentario es una colección de estándares, normas, códigos de prácticas y guías relativos a los alimentos, su producción y seguridad alimentaria para la protección de los consumidores. Elaborado por la Comisión del Codex Alimentarius establecida por la FAO y OMS desde 1963.

CONGRESOS Y CONFERENCIAS

Título	Descripción
Conference Alert	Buscador de congresos internacionales. Busca eventos en todos los países del mundo. Se puede discriminar o explorar por materias, por países y por ciudades.
EFFoST Events	Desde la página Web de EFFoST podemos conocer todos los eventos interesantes sobre ciencia y tecnología de los alimentos en Europa: conferencias, talleres, formación y seminarios.
ESPEN. Congress	Nos ofrece información sobre el próximo Congreso que va a organizar ESPEN.
ICND. Congress	International Congress of Nutrition and Dietetics. El ICND ofrece una plataforma global para la dietética y la nutrición, compartiendo lo mejor de la ciencia aplicada, la práctica y las experiencias de formación además de los últimos avances en políticas públicas de alimentación y nutrición, etc.
FESNAD. Congresos	La Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD) se empezó a gestar en 2001. La idea fundamental era conseguir una interacción entre las sociedades que se dedicaban a las Ciencias de la Nutrición desde distintos puntos de vista. Desde este enlace podemos ver los Congresos de la Sociedad y otros relacionados con la nutrición.
SEGHNP	Congreso de la Sociedad Española de Gastroenterología, Hepatología y Nutrición pediátrica

FOROS, LISTAS DE DISTRIBUCIÓN Y REDES SOCIALES

Título	Descripción
Cytali	Lista de distribución de la Red Iris sobre Ciencia y Tecnología de los Alimentos promovida por el Departamento de Tecnología de Alimentos de la Universitat de Lleida.
Panaligon	Lista de distribución de la Red Iris de profesionales relacionados y relacionadas con la alimentación.
@RedS4b	Students4Best RED-NuBE: Comunidad de estudiantes de Nutrición y Dietética de aprendizaje de Nutrición Basada en Evidencia fundamentada en trabajo colaborativo.
@FESNAD_Oficial	FESNAD, Federación Española de Sociedades Dietéticas de Nutrición, Alimentación y Dietética, cuenta oficial de la Federación a través de Twitter.
@SENC_RENC	Sociedad Española de Nutrición Comunitaria a través de Twitter
@sennutrition	Sociedad Española de Nutrición a través de Twitter.
@RedNuBE	Grupo en Facebook, donde se debate y se comparte información relacionada con la nutrición basada en la evidencia. Un espacio donde divulgar información actualizada y de confianza y, sobre todo, un punto de encuentro virtual para facilitar el trabajo colaborativo de la comunidad.

PARA FINALIZAR

En esta unidad hemos visto algunas herramientas y utilidades que nos pueden ayudar en la tarea de permanecer al día en información científica.

Las herramientas descritas son a modo representativo, en ningún caso se trata de una enumeración exhaustiva.

En definitiva, el objetivo de esta unidad es facilitar y ahorrar tiempo en la tarea de estar al día en un mundo tan cambiante como es el de la información científica.