

Rúbrica Analítica para Evaluar Alimentos a Base de Plantas: Nutrición y Salud

Rúbrica Analítica | Ciencias de la Salud | Nutrición y salud | 3 niveles

Descripción

Esta rúbrica está diseñada para evaluar la capacidad de los estudiantes universitarios en categorizar alimentos procesados a base de plantas, analizar críticamente su perfil nutricional, diferenciar tipos de plantas y diseñar menús equilibrados, con base en el Sistema NOVA, Código Alimentario Argentino y conocimientos nutricionales aplicados.

Rúbrica

Rúbrica Analítica para Evaluar Alimentos a Base de Plantas: Nutrición y Salud

Esta rúbrica está diseñada para evaluar la capacidad de los estudiantes universitarios en categorizar alimentos procesados a base de plantas, analizar críticamente su perfil nutricional, diferenciar tipos de plantas y diseñar menús equilibrados, con base en el Sistema NOVA, Código Alimentario Argentino y conocimientos nutricionales aplicados.

Criterios de Evaluación	Excelente	Bueno	Bajo
Categorización según grado de procesamiento (Sistema NOVA y CAA)	Clasifica con precisión todos los alimentos y productos procesados según el Sistema NOVA y las normativas del CAA, demostrando comprensión profunda y actualizada.	Clasifica correctamente la mayoría de los alimentos y productos, con pequeñas imprecisiones o dudas en algunos casos específicos.	Muestra dificultades para aplicar el Sistema NOVA y/o normativas del CAA, con múltiples errores en la categorización.
Análisis crítico del perfil nutricional y matriz alimentaria	Analiza detalladamente ingredientes, aditivos y perfil nutricional, desmitificando claramente la idea de que "basado en plantas" es automáticamente saludable.	Realiza un análisis adecuado con algunos detalles o argumentos poco desarrollados sobre el perfil nutricional y su impacto en la salud.	El análisis es superficial, generalizado o incorrecto, sin cuestionar adecuadamente la percepción de la salud vinculada a alimentos basados en plantas.

Criterios de Evaluación	Excelente	Bueno	Bajo
Diferenciación técnica entre hierbas aromáticas, medicinales y suplementos	Identifica y explica con claridad las diferencias técnicas entre hierbas aromáticas, plantas medicinales y suplementos, incluyendo sus usos y limitaciones.	Diferencia correctamente las categorías, aunque con explicaciones incompletas o algunas confusiones menores.	No logra distinguir adecuadamente entre los tipos de plantas, presentando confusión o información incorrecta.
Aplicación del uso de plantas carminativas para mejorar digestibilidad	Describe y justifica con precisión el uso de plantas carminativas, fundamentando su impacto en la digestibilidad y salud digestiva.	Menciona el uso de plantas carminativas con alguna justificación, pero con argumentos poco detallados o parciales.	No identifica ni justifica el uso de plantas carminativas o presenta información errónea.
Reconocimiento del impacto de infusiones sobre biodisponibilidad de minerales no hemo (hierro y zinc)	Explica claramente cómo las infusiones afectan la absorción de hierro y zinc, demostrando comprensión científica y aplicabilidad práctica.	Reconoce el impacto de las infusiones en la biodisponibilidad mineral, aunque con explicaciones superficiales o poco precisas.	No reconoce ni explica adecuadamente el efecto de las infusiones sobre minerales no hemo.
Diseño de menús equilibrados que consideren nutrientes críticos	Elabora menús completos, balanceados y prácticos que cubren las necesidades de nutrientes críticos para estudiantes universitarios, con creatividad y rigor nutricional.	Diseña menús adecuados pero con algunas carencias en equilibrio o en la inclusión de nutrientes críticos.	Presenta menús pobres en equilibrio nutricional o que no consideran adecuadamente las necesidades de nutrientes críticos.
Coherencia entre análisis y propuestas culinarias	Las propuestas culinarias reflejan claramente el análisis nutricional realizado, demostrando integración y coherencia conceptual.	Las propuestas muestran relación con el análisis aunque con algunas inconsistencias o falta de integración completa.	Las propuestas no guardan relación clara con el análisis o son incoherentes.
Claridad y precisión en la comunicación escrita	Presenta ideas de forma clara, precisa y bien estructurada, usando terminología técnica adecuada y sin errores ortográficos o gramaticales.	Comunica las ideas de manera comprensible, con algunos errores menores de forma o uso de terminología.	La comunicación es confusa, poco clara o con errores significativos que dificultan la comprensión.