

# Guía

# Docente

Modalidad Presencial

# NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Curso 2023/24

# Grado en Fisioterapia



**UCAV**  
[www.ucavila.es](http://www.ucavila.es)

1

## Datos descriptivos de la Asignatura

<b>Nombre:</b>	NUTRICIÓN Y DIETÉTICA
<b>Carácter:</b>	OPTATIVA
<b>Código:</b>	30301GP
<b>Curso:</b>	3º
<b>Duración (Semestral/Anual):</b>	SEMESTRAL
<b>Nº Créditos ECTS:</b>	3
<b>Prerrequisitos:</b>	Aconsejable tener conocimientos sobre Bioquímica y Fisiología humana.
<b>Responsable docente:</b>	Francisco Javier Martín Almena Doctor en Antropología Física Lic. en Ciencia y Tecnología de los Alimentos Dip. en Nutrición Humana y Dietética
<b>Email:</b>	<a href="mailto:fjavier.martin@ucavila.es">fjavier.martin@ucavila.es</a>
<b>Departamento (Área Departamental):</b>	Facultad de Ciencias de la Salud
<b>Lengua en la que se imparte:</b>	CASTELLANO
<b>Módulo V:</b>	Optativas
<b>Materia:</b>	Materias optativas

2

## Objetivos y competencias

**2.1. COMPETENCIAS BÁSICAS:**

- ✓ CB1. Que los estudiantes hayan demostrado poseer y comprender conocimientos en un área de estudio que parte de la base de la educación secundaria general, y se suele encontrar a un nivel que, si bien se apoya en libros de texto avanzados,

incluye también algunos aspectos que implican conocimientos procedentes de la vanguardia de su campo de estudio.

- ✓ CB2. Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.
- ✓ CB3. Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalmente dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.
- ✓ CB4. Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.
- ✓ CB5. Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

### **2.2 COMPETENCIAS TRANSVERSALES:**

- ✓ CT1. Capacidad de análisis y síntesis.
- ✓ CT2. Capacidad de organización y planificación.
- ✓ CT3. Capacidad de gestión de la información.
- ✓ CT4. Capacidad de trabajo en equipo.
- ✓ CT5. Razonamiento crítico.
- ✓ CT6. Aprendizaje autónomo.
- CT7. Desarrollar la responsabilidad y el compromiso ético con el trabajo buscando siempre la consecución de la calidad.
- ✓ CT8. Actuar con honestidad, tolerancia, respeto y sensibilidad respecto a la igualdad de oportunidades.
- ✓ CT9. Capacidad de adaptarse a los cambios y de tomar decisiones con prudencia y coherencia buscando siempre la justicia.
- ✓ CT10. Adquirir capacidad de liderazgo, iniciativa y espíritu emprendedor.

- ✓ CT11. Capacidad de reflexión sobre los efectos que el desarrollo de su actividad profesional tiene sobre las personas y la sociedad en general, así como los condicionantes éticos que limitan su actividad profesional.
- ✓ CT12. Analizar los aspectos multidisciplinares del desarrollo sostenible, desarrollando sensibilidad ante la igualdad de oportunidades y capacidad para la toma de decisiones multicriterio.
- ✓ CT13. Dominar la comunicación oral y escrita en castellano.
- ✓ CT14. Capacidad de Comunicarse correctamente de forma oral y escrita en la lengua inglesa.
- ✓ CT15. Adquirir y demostrar habilidades de comunicación en las relaciones interpersonales de trabajo en equipo.
- ✓ CT16. Desarrollar una actitud abierta y crítica ante las nuevas tecnologías: contenidos, entretenimiento.
- ✓ CT17. Desarrollar habilidades básicas de manejo de los diferentes sistemas informáticos (hardware, redes, software), del sistema operativo y de manejo de herramientas electrónicas de expresión escrita (procesadores de texto), así como de hojas de cálculo y consulta de bases de datos, según las necesidades.
- ✓ CT18. Adquisición de habilidades de búsqueda y aplicación de criterios científicos y metodológicos para seleccionar y valorar la información de Internet.

## **2.4. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**

- ✓ CE52. Conocer y valorar las necesidades nutricionales de las personas sanas y con problemas de salud a lo largo del ciclo vital, para promover y reforzar pautas de conducta alimentaria saludable. Identificar los problemas nutricionales de mayor prevalencia y seleccionar las recomendaciones dietéticas adecuadas.

## **2.5. RESULTADOS DE APRENDIZAJE**

El alumno será capaz de conocer y valorar las necesidades nutricionales de las personas sanas y enfermas.

### **3.1. PROGRAMA**

#### **Unidad didáctica 1. Introducción a la Nutrición**

- ✓ Tema 1. Conceptos fundamentales de Alimentación, Nutrición y Dietética.

#### **Unidad didáctica 2. Alimentos**

- ✓ Tema 2. Cereales y derivados, legumbres.
- ✓ Tema 3. Verduras y hortalizas, leche y derivados, carnes y derivados cárnicos, pescados, huevos.
- ✓ Tema 4. Frutas, azúcares y dulces, grasas y aceites, frutos secos, bebidas no alcohólicas, bebidas alcohólicas.
- ✓ Tema 5. Compuestos bioactivos de origen vegetal, alimentos funcionales, alimentos fortificados, alimentos transgénicos.

#### **Unidad didáctica 3. Composición nutricional de los alimentos y métodos de medida del consumo de alimentos**

- ✓ Tema 6. Tablas de Composición de Alimentos y Bases de Datos de Composición de Alimentos.
- ✓ Tema 7. Métodos de medida del consumo de alimentos.

#### **Unidad didáctica 4. Requerimientos y recomendaciones nutricionales**

- ✓ Tema 8. Ingestas Dietéticas de Referencia y Objetivos Nutricionales
- ✓ Tema 9. Guías Alimentarias y estilos de vida saludables.
- ✓ Tema 10. Requerimientos energéticos.

## TALLERES PRÁCTICOS Y PRÁCTICAS DE LABORATORIO

### 1. Taller práctico: Técnicas de estimación de la composición corporal

- ✓ Medición de parámetros antropométricos: peso, altura, circunferencias, diámetros, pliegues cutáneos.
- ✓ Obtención de parámetros indirectos a partir de las medidas antropométricas tomadas, mediante ecuaciones y tablas.

### 2. Prácticas de laboratorio: Medidas caseras, raciones, peso bruto y neto

## 3.2. BIBLIOGRAFÍA

### Libros de referencia

- ✓ Gil A. Tratado de Nutrición (Tomos I al IV). 3ª edición. Madrid: Médica Panamericana; 2017.
- ✓ Salas-Salvadó J. Nutrición y Dietética Clínica. 4ª edición. Barcelona: Elsevier Masson; 2019.
- ✓ Rodota LP, Castro ME. Nutrición clínica y Dietoterapia. 2ª edición. Madrid: Médica Panamericana; 2019.
- ✓ de Luís D, Bellido D, García P. Dietoterapia, Nutrición Clínica y Metabolismo. 2ª edición. Díaz de Santos; 2013.

### Tratados o libros de consulta

- ✓ Moreiras O, Carbajal A, Cabrera L, Cuadrado C. Tablas de composición de alimentos. Guía de prácticas. 19ª edición. Madrid: Pirámide; 2018.
- ✓ Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD). Ingestas Dietéticas de Referencia (IDR) para la población española. Pamplona: EUNSA, 2010.
- ✓ Mahan LK, Raymond JL. Krause Dietoterapia. 14ª edición. Barcelona: Elsevier; 2017.

- ✓ Ruiz MD, Artacho R. Guía para estudios dietéticos. Álbum fotográfico de alimentos. Editorial Universidad de Granada. 2010.

### Enlaces recomendados

- ✓ Ministerio de Consumo. Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN). [Online]. Disponible en:  
[https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/home/aecosan\\_inicio.htm](https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/home/aecosan_inicio.htm).
- ✓ European Food Safety Authority. [Online]. [cited 2019 julio 18. Available from:  
<http://www.efsa.europa.eu/>.
- ✓ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). [En línea]. [citado 2019 julio 18. Disponible en: <http://www.fao.org/home/es/>
- ✓ Base de Datos Española de Composición de Alimentos (BEDCA). [En línea]. [citado 2019 julio 18. Disponible en: <http://www.bedca.net/>
- ✓ Fundación Iberoamericana de Nutrición. Recopilación de enlaces a instituciones, organizaciones, noticias etc., relacionadas con la Nutrición. [Online]. Disponible en: <https://www.finut.org/>.

La asignatura se desarrollará a través de los siguientes métodos y técnicas generales, que se aplicarán diferencialmente según las características propias de la asignatura:

- **Clase magistral:** mediante la clase magistral el profesor de la asignatura expondrá y explicará a los alumnos los contenidos principales de la misma, fomentando la participación y la opinión crítica de los alumnos.
- **Ejercicios y casos prácticos:** consistirán en la resolución por parte del alumno, individualmente, de problemas u otros ejercicios propios de la disciplina correspondiente y que les permita adquirir las consecuentes competencias.
- **Prácticas de laboratorio:** consistirán en la exposición por parte del profesor de una labor práctica de laboratorio que los alumnos deberán realizar a continuación, individualmente o en grupo, y que les permita adquirir competencias en el análisis instrumental, en el

reconocimiento de estructuras geológicas, biológicas o de otros tipos, en la identificación de categorías taxonómicas, etc. Podrá exigirse a los alumnos la entrega de una memoria de prácticas.

- **Reflexión grupal:** el profesor propondrá un tema sobre el que los alumnos deben opinar, contrastando información de los distintos medios de comunicación social, valorando fundamentalmente la calidad de la expresión, el manejo de técnicas y figuras lingüísticas que enriquezcan el lenguaje.
- **Actividades de evaluación**
- **Tutoría académica:** el profesor pondrá a disposición del alumno un tiempo para que éste pueda plantear cuantas dudas le surjan en el estudio de la materia, pudiendo el docente ilustrar sus explicaciones por medio de ejemplos y cualquier otra orientación de interés para el alumno.
- **Estudio del alumno**

5



Evaluación

La evaluación es un componente fundamental de la formación del alumno. Está compuesta por un examen final escrito y la evaluación continua, que consta de ejercicios y actividades evaluables.

### **Prueba escrita final** (70% de la calificación final)

La superación de dicho examen constituye un requisito indispensable para la superación de la asignatura. El alumno deberá tener en el examen al menos un 5 para poder realizar la ponderación de notas. El alumno con nota inferior se considerará suspenso. El alumno dispondrá de dos convocatorias de examen por curso académico. No se guardará la nota del examen, si éste estuviera aprobado, para una convocatoria posterior.

Este examen constará de preguntas tipo test de opción múltiple y/o de preguntas de desarrollar. Los errores en las respuestas tipo test puntuarán de forma negativa a criterio del profesor.



## **Evaluación continua** (30% de la calificación final)

- ✓ Trabajo de evaluación continua (10% de la nota final + 10% exposición del trabajo )

Los alumnos realizarán individualmente un trabajo a propuesta del profesor sobre temáticas relacionadas con la asignatura y posteriormente lo expondrán frente a sus compañeros.

- ✓ Resolución de ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc. de forma presencial (10% de la calificación final).

La calificación global es el resultado de sumar los puntos obtenidos en cada uno de los apartados anteriores.

La distribución de las diferentes actividades es la siguiente:

EJERCICIOS Y ACTIVIDADES EVALUABLES	PROPORCIÓN
Trabajo de evaluación continua	10%
Exposición del trabajo de evaluación continua	10%
Resolución de ejercicios, problemas, supuestos, etc	10%
Examen final	70%
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>

Los criterios para la evaluación de la participación en las diferentes actividades presenciales son los siguientes:

DESTREZAS Y ACTITUDES	PROPORCIÓN
Interés	30%
Participación activa	20%
Capacidad de trabajo	20%
Aptitud adecuada	30%
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>



Para el apoyo tutorial, el alumno tendrá a su disposición un equipo docente encargado de acompañar al alumno durante toda su andadura en el proceso formativo, prestando una atención personalizada al alumno. Sus funciones están claramente diferenciadas complementándose al mismo tiempo. Las personas principales de este acompañamiento tutorial son:

**Profesor docente:** encargado de resolver todas las dudas específicas de la asignatura y de informar al alumno de todas las pautas que debe seguir para realizar el estudio de la asignatura.


**Tutor personal o de grupo:** asignado al alumno al iniciar los estudios de Grado y que orienta al alumno tanto en cuestiones académicas como personales.

El alumno dispondrá de un horario de tutorías para contactar con estas figuras durante toda su formación académica. La información sobre el horario la encontrará el alumno en la plataforma virtual.

**Horario de Tutorías del profesor docente:**

En relación a los horarios de atención en tutorías para consultas, aclaración de dudas, revisiones de trabajos y exámenes, etc., el profesor informará en la plataforma Blackboard de las franjas en las que tenga disponibilidad, pudiendo variar de un cuatrimestre a otro y también durante los meses de verano. Todo ello será informado oportunamente y con suficiente antelación a través del Campus Virtual.

**Herramientas para la atención tutorial:** Plataforma Blackboard, atención telefónica.

**7**  **Horario de la asignatura y Calendario de temas**

**Horario de la asignatura:** El alumno deberá consultar los horarios de clases de la asignatura en el apartado correspondiente dentro de la página web de la UCAV: [www.ucavila.es](http://www.ucavila.es). Igualmente, se informará de ellos en la Plataforma Blackboard.

**Las sesiones** teóricas y prácticas se desarrollarán según el calendario académico y el horario establecido, como se indica, de manera orientativa, en la siguiente tabla:

CONTENIDOS	ACTIVIDADES Y EVALUACIÓN
Semanas 1 y 2	
Presentación y Tema 1	Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.
Semanas 3 y 4	
Temas 2 y 3	Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.
Semanas 5 y 6	
Temas 4 y 5	Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.

Semanas 7 <sup>a</sup> y 8	
Tema 6	Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.
Semanas 9 y 10	
Temas 7	Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.
Semanas 11 y 12	
Tema 8	Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.
Semanas 13, 14 y 15	
Temas 9 y 10	Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.

**El plan de trabajo y las semanas son orientativos, pudiendo variar ligeramente, dependiendo de la evolución del alumno durante las distintas sesiones.**