

Guía Docente

Modalidad Presencial

NUTRICIÓN Y DIETÉTICA

Curso 2018/19

Grado en Fisioterapia



UCAV

www.ucavila.es

1



Datos descriptivos de la Asignatura

Nombre:	NUTRICIÓN Y DIETÉTICA
Carácter:	OPTATIVA
Código:	30301GP
Curso:	3º
Duración (Semestral/Anual):	SEMESTRAL
Nº Créditos ECTS:	3
Prerrequisitos:	Aconsejable tener conocimientos sobre Bioquímica y Fisiología humana.
Responsable docente:	D ^a Rosario Pastor Martín Doctora en Nutrición. Licenciada en Farmacia. Graduada en Nutrición Humana y Dietética
Email:	rosario.pastor@ucavila.es
Departamento (Área Departamental):	Fisioterapia
Lengua en la que se imparte:	CASTELLANO
Módulo:	Optativas
Materia:	Materias optativas



A través de esta asignatura se pretende que el alumno conozca y adquiera los contenidos y competencias de la Nutrición y Dietética necesarias para el correcto y satisfactorio desarrollo del contenido curricular.

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 GENERALES:

- ✓ CG1. Conocer y comprender la morfología, la fisiología, la patología y la conducta de las personas, tanto sanas como enfermas, en el medio natural y social.

- ✓ CG2. Conocer y comprender las ciencias, los modelos, las técnicas y los instrumentos sobre los que se fundamenta, articula y desarrolla la fisioterapia.
- ✓ CG3. Conocer y comprender los métodos, procedimientos y actuaciones fisioterapéuticas, encaminados tanto a la terapéutica propiamente dicha a aplicar en la clínica para la reeducación o recuperación funcional, como a la realización de actividades dirigidas a la promoción y mantenimiento de la salud.
- ✓ CG4. Adquirir la experiencia clínica adecuada que proporcione habilidades intelectuales y destrezas técnicas y manuales; que facilite la incorporación de valores éticos y profesionales; y que desarrolle la capacidad de integración de los conocimientos adquiridos; de forma que, al término de los estudios, los estudiantes sepan aplicarlos tanto a casos clínicos concretos en el medio hospitalario y extrahospitalario, como a actuaciones en la atención primaria y comunitaria.
- ✓ CG5. Valorar el estado funcional del paciente, considerando los aspectos físicos, psicológicos y sociales.
- ✓ CG6. Valoración diagnóstica de cuidados de fisioterapia según las normas y con los instrumentos de validación reconocidos internacionalmente.
- ✓ CG7. Diseñar el plan de intervención de fisioterapia atendiendo a criterios de adecuación, validez y eficiencia.
- ✓ CG8. Ejecutar, dirigir y coordinar el plan de intervención de fisioterapia, utilizando las herramientas terapéuticas propias y atendiendo a la individualidad del usuario.
- ✓ CG9. Evaluar la evolución de los resultados obtenidos con el tratamiento en relación con los objetivos marcados.
- ✓ CG10. Elaborar el informe de alta de los cuidados de fisioterapia una vez cubiertos los objetivos propuestos.
- ✓ CG11. Proporcionar una atención de fisioterapia eficaz, otorgando una asistencia integral a los pacientes.
- ✓ CG12. Intervenir en los ámbitos de promoción, prevención, protección y recuperación de la salud.

- ✓ CG13. Saber trabajar en equipos profesionales como unidad básica en la que se estructuran de forma uni o multidisciplinar e interdisciplinar los profesionales y demás personal de las organizaciones asistenciales.
- ✓ CG14. Incorporar los principios éticos y legales de la profesión a la práctica profesional así como integrar los aspectos sociales y comunitarios en la toma de decisiones.
- ✓ CG15. Participar en la elaboración de protocolos asistenciales de fisioterapia basada en la evidencia científica, fomentando actividades profesionales que dinamicen la investigación en fisioterapia.
- ✓ CG16. Llevar a cabo las intervenciones fisioterapéuticas basándose en la atención integral de la salud que supone la cooperación multiprofesional, la integración de los procesos y la continuidad asistencial.
- ✓ CG17. Comprender la importancia de actualizar los conocimientos, habilidades, destrezas y actitudes que integran las competencias profesionales del fisioterapeuta.
- ✓ CG18. Adquirir habilidades de gestión clínica que incluyan el uso eficiente de los recursos sanitarios y desarrollar actividades de planificación, gestión y control en las unidades asistenciales donde se preste atención en fisioterapia y su relación con otros servicios sanitarios.
- ✓ CG19. Comunicarse de modo efectivo y claro, tanto de forma oral como escrita, con los usuarios del sistema sanitario así como con otros profesionales.

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**Contenidos de la asignatura**

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.
- ✓ Manejo y funcionamiento de la Bioimpedancia.

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). Madrid: Médica Panamericana; 2017.
- ✓ Salas-Salvadó J. Nutrición y Dietética Clínica. Barcelona: Elsevier Masson; 2014.
- ✓ de Luís D, Bellido D, García P. Dietoterapia, Nutrición Clínica y Metabolismo. Díaz de Santos; 2010.

Tratados o libros de consulta

- ✓ Moreiras O, Carbajal A, Cabrera L, Cuadrado C. Tablas de composición de alimentos. Guía de prácticas. 16th ed. Madrid: Pirámide; 2013.
- ✓ Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD). Ingestas Dietéticas de Referencia (IDR) para la población española. Pamplona: EUNSA, 2010.
- ✓ Mahan LK, Scott-Stump S. Nutrición y Dietoterapia de Krause. Barcelona: Elsevier; 2013.
- ✓ Ruiz MD, Artacho R. Guía para estudios dietéticos. Álbum fotográfico de alimentos. Editorial Universidad de Granada. 2010.

- ✓ Requejo AM, Ortega RM. Nutriguía. Manual de nutrición clínica en atención primaria. Madrid: Editorial Complutense; 2006.
- ✓ Muñoz M, Aranceta J, García I. Nutrición aplicada y Dietoterapia Pamplona: EUNSA; 2004.

Enlaces recomendados

- ✓ Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición (AECOSAN). [En línea]. [citado 2018 julio 8. Disponible en:
http://www.aecosan.msssi.gob.es/AECOSAN/web/home/aecosan_inicio.htm.
- ✓ European Food Safety Authority. [Online]. [cited 2018 julio 8. Available from:
<http://www.efsa.europa.eu/>.
- ✓ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). [En línea]. [citado 2018 julio 8. Disponible en:
<http://www.fao.org/home/es/>
- ✓ Base de Datos Española de Composición de Alimentos (BEDCA). [En línea]. [citado 2018 julio 8. Disponible en: <http://www.bedca.net/>
- ✓ Fundación Iberoamericana de Nutrición. Recopilación de enlaces a instituciones, organizaciones, etc., relacionadas con la Nutrición. [En línea]. [citado 2018 julio 14. Disponible en: <http://www.finut.org/enlaces-de-interes/>.

asignatura:

- ✓ **Exposición:** el profesor desarrollará, mediante clases magistrales y dinámicas, los contenidos recogidos en el temario, que podrán haber sido puestas previamente a disposición del alumno en forma de fotocopias y/o a través de la plataforma virtual.

- ✓ **Clases prácticas:** durante el curso, en el laboratorio, se desarrollarán las prácticas en grupos reducidos. Cada alumno dispondrá de unos guiones con una serie de cuestiones a responder por escrito y a entregar al profesor para su evaluación. La fecha límite de entrega de las prácticas será una semana antes del examen final en convocatoria de junio.
- ✓ **Ejercicios y problemas 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.
- ✓ **Reflexión grupal:** al finalizar cada una de las exposiciones temáticas por parte del profesor, se llevará a cabo un análisis y reflexión sobre lo expuesto que permita al alumno individualizar contenidos y aplicarlos a su desarrollo personal. También servirá para determinar el trabajo personal y grupal correspondiente.
- ✓ **Tutorías personalizadas:** 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.
- ✓ **Proyección de videos,** cuando sea posible, relacionados con el contenido propio de la materia.
- ✓ **Estudio del alumno**
- ✓ **Actividades de 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)

- ✓ Una prueba escrita de evaluación continua (20% de la nota final)

Dicha prueba constará de preguntas tipo test de opción múltiple y/o preguntas a desarrollar. Los errores en las respuestas tipo test puntuaran de forma negativa a criterio del profesor.

- ✓ 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 una de los apartados anteriores.

La distribución de las diferentes actividades es la siguiente:

EJERCICIOS Y ACTIVIDADES EVALUABLES	PROPORCIÓN
Prueba escrita de tipo test o prueba objetiva.	20%
Resolución de ejercicios, problemas, supuestos, etc.	10%
Examen final	70%
TOTAL	100%

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%
TOTAL	100%

6

Apoyo tutorial

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. Las dos figuras principales 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.

Horario de Tutorías del profesor docente: martes, de 16 a 18 horas.

El horario es elegido por la responsable docente de la asignatura. Si por cualquier causa no fuese ella la responsable, el nuevo docente podrá adaptarlo.

7

Horario de la asignatura y Calendario de temas

Horario de la asignatura: martes, de 18 a 20 horas.

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	Proyección de videos después de cada tema Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.
Semanas 3 y 4	
Temas 2 y 3	Proyección de videos después de cada tema Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.
Semanas 5 y 6	
Temas 4 y 5	Proyección de videos después de cada tema Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.
Semanas 7ª y 8	
Tema 6	Proyección de videos después de cada tema Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.
Semanas 9 y 10	
Temas 7	Proyección de videos después de cada tema Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.
Semanas 11 y 12	
Tema 8	Proyección de videos después de cada tema Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.
Semanas 13, 14 y 15	
Temas 9 y 10	Proyección de videos después de cada tema Reflexión grupal Ejercicios, problemas, supuestos prácticos, etc.