

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

1. DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

Grado:	Nutrición Humana y Dietética
Doble Grado:	
Asignatura:	Alimentación y Fisiología femenina
Módulo:	4. Ciencias de la Nutrición y la Salud
Departamento:	Fisiología, Anatomía y Biología Celular
Año académico:	2011-2012
Semestre:	Primer semestre
Créditos totales:	4,5
Curso:	3º
Carácter:	Optativa
Lengua de impartición:	Español

Modelo de docencia:	A2	
a. Enseñanzas Básicas (EB):		70%
b. Enseñanzas de Prácticas y Desarrollo (EPD):		15%
c. Actividades Dirigidas (AD):		15%

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

2. EQUIPO DOCENTE

2.1. Responsable de la asignatura Agnès Gruart i Massó

2.2. Profesores	
Nombre:	Agnès Gruart i Massó
Centro:	Facultad de Ciencias Experimentales
Departamento:	Fisiología, Anatomía y Biología Celular
Área:	Fisiología
Categoría:	Catedrática de Universidad
Horario de tutorías:	Serán indicadas a principio de curso por el profesor, y se deberán solicitarse con antelación mediante e-mail
Número de despacho:	Edificio 21
E-mail:	agrumas@upo.es
Teléfono:	9543 49511



GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

Nombre:	
Centro:	
Departamento:	
Área:	
Categoría:	
Horario de tutorías:	
Número de despacho:	
E-mail:	
Teléfono:	
Nombre:	
Centro:	
Departamento:	
Área:	
Categoría:	
Horario de tutorías:	
Número de despacho:	
E-mail:	
Teléfono:	



GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

Nombre:	
Centro:	
Departamento:	
Área:	
Categoría:	
Horario de tutorías:	
Número de despacho:	
E-mail:	
Teléfono:	

--

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

3. UBICACIÓN EN EL PLAN FORMATIVO

3.1. Descripción de los objetivos

Que el alumnado adquiera una visión de las diferencias en la alimentación en función del sexo, comprenda las variaciones que la mujer experimenta fisiológicamente a lo largo de su vida; que conlleven unas necesidades nutricionales especiales y sepa dar respuesta a estas necesidades con la elaboración de pautas alimenticias para los diversos periodos de la vida de una mujer: adolescencia, pre-gestación, gestación, lactancia y menopausia, así como la influencia que la alimentación tiene en diversas patologías femeninas.

3.2. Aportaciones al plan formativo

Esta asignatura dota al alumnado de las bases específicas para el conocimiento de las necesidades del cuerpo humano femenino sano y en estados patológicos, así como permite la aplicación de los principios dietéticos y nutricionales que cursarán en el resto de asignaturas que componen el grado de Nutrición Humana y Dietética.

3.3. Recomendaciones o conocimientos previos requeridos

Conocimientos básicos en Fisiología, Anatomía y Bioquímica.

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

4. COMPETENCIAS

4.1 Competencias de la Titulación que se desarrollan en la asignatura

1. Posesión y comprensión de conocimientos de su área de estudio, desde niveles básicos hasta niveles avanzados, que estén en la vanguardia del conocimiento.
 2. Capacidad para aplicar los conocimientos a su área de trabajo, pudiendo elaborar y defender argumentos, así como, resolver problemas.
 3. Capacidad para reunir e interpretar datos importantes que le permitan realizar juicios derivados de una reflexión sobre temas relevantes de índole social, ética o científica.
 4. Capacidad para transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público avanzado y experto.
 5. Desarrollo de las habilidades de aprendizaje suficientes para poder llevar a cabo estudios posteriores con un alto grado de autonomía.
 6. Capacidad de análisis y síntesis.
 7. Habilidades de gestión de la información y expresión del conocimiento (habilidad para buscar y analizar información proveniente de diversas fuentes).
 8. Saber exponer en forma escrita y oral.
 9. Planificación y gestión del tiempo.
 10. Habilidades de investigación.
 11. Capacidad crítica.
 12. Trabajo en equipo.
- Y muy especialmente la competencia de:
18. Respeto a los derechos humanos, el acceso para todos y la voluntad de eliminar factores discriminatorios como el género y el origen.

4.2. Competencias del Módulo que se desarrollan en la asignatura

a) Competencias disciplinares (saber).

- 4.1. Las funciones de los nutrientes y otros componentes de los alimentos en el organismo, necesidades y requerimientos nutricionales en función de las características del individuo, en las distintas etapas de la vida y situaciones fisiológicas. La integración de las funciones metabólicas. La valoración del estado nutricional. La biodisponibilidad de los nutrientes. Las técnicas analíticas y de investigación en nutrición.
- 4.2. Las bases de la alimentación saludable. El diseño y programación de dietas de individuos y colectividades en las distintas etapas de la vida y en diversas situaciones fisiológicas.
- 4.3. La fisiopatología y la patología nutricional con especial atención a las enfermedades relacionadas con la alimentación.

b) Competencias profesionales-habilidades (saber hacer)

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

Al finalizar los estudios de grado en Nutrición Humana y Dietética, el poseedor del título deberá ser capaz de desarrollar las siguientes competencias profesionales:

1. Elaborar e interpretar una historia dietética. Interpretar una historia clínica.
2. Identificar los factores que influyen en la alimentación y la nutrición.
3. Calcular y establecer pautas alimentarias saludables en individuos y colectividades: desarrollar una intervención dietética y nutricional adecuada, en personas sanas o enfermas, teniendo en cuenta las necesidades fisiológicas y/o patológicas, la farmacoterapia, preferencias personales, aspectos socioeconómicos, religiosos y culturales.
4. Evaluar el estado nutricional individual y en colectividades.
5. Diseñar e interpretar encuestas alimentarias.
6. Planificar, implantar y evaluar dietas terapéuticas y realizar su seguimiento.
10. Realizar educación alimentaria. Planificar y ejecutar programas de educación sanitaria en alimentación y nutrición. Participar en la elaboración de guías alimentarias y protocolos de consenso.
11. Planificar y desarrollar programas de promoción de la salud y de prevención de la enfermedad.
12. Integrar y relacionar los conocimientos nutricionales y su relación con la salud.
13. Realizar tareas de formación de personal: coordinar y participar en la formación continua, en temas de calidad, seguridad alimentaria y de promoción de la salud.
20. Participar en equipos multidisciplinares en las áreas de la investigación, innovación y desarrollo.

c) Competencias de actitudes (como debe ser y actuar).

1. Ser un profesional competente, con actitud constante de superación y formación continua.
2. Saber guardar el secreto profesional.
3. Trabajar con responsabilidad dentro de los límites de su competencia profesional.
4. Ser capaz de trabajar en un equipo multidisciplinar, respetando las funciones y áreas de responsabilidad de cada miembro. Saber exigir con comprensión a los colaboradores.
5. Manifestar respeto y valoración hacia el trabajo de los demás.
6. Saber informar con claridad los motivos que justifican una decisión.
7. Saber escuchar antes de emitir una opinión y ser capaz de dialogar.
8. Inspirar confianza y seguridad y tener capacidad de motivación evitando adoptar actitudes autoritarias y paternalistas.
9. Ser capaz de entender el estado de ánimo del paciente/ usuario.
10. Defender siempre la sinceridad y veracidad.
11. Desarrollar la capacidad de organizar y dirigir.
12. Manifestar un talante abierto hacia las mejoras tecnológicas.
13. Ser un ejemplo de salud.
14. Tener capacidad de crítica y autocrítica.
15. Saber desarrollar nuevas ideas y tomar decisiones.
16. Apreciación de la diversidad y multiculturalidad.
17. Ser capaz de diseñar y gestionar proyectos.

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

18. Tener compromiso ético.
19. Tener preocupación por la calidad.
20. Tener habilidad para adaptarse a las nuevas situaciones.

4.3. Competencias particulares de la asignatura

Cognitivas (Saber) y Procedimentales/Instrumentales (Saber hacer)

1. Conocer que la población femenina tiene problemas nutricionales más frecuentes y específicos en comparación con los varones relacionado con sus características fisiológicas y aspectos sociales.
2. Establecer las necesidades nutricionales en las diferentes etapas fisiológicas de la vida de una mujer: adolescencia, ciclo menstrual, pre-concepción, concepción, embarazo, lactancia y menopausia
3. Diferenciar las necesidades nutricionales de un hombre y una mujer aún realizando la misma actividad.
4. Planificar, implantar y evaluar dietas adaptadas a las necesidades fisiológicas femenina según el ciclo vital en que se encuentre y la patología que puedan presentar.
5. Integrar y relacionar los conocimientos nutricionales y su relación con la salud femenina a lo largo de sus variaciones fisiológicas específicas.
6. Potenciar la igualdad de género mediante el conocimiento de las diferencias fisiológicas y nutricionales específicas de la mujer.

Actitudinales (Ser): En Nutrición y Dietética el trabajo debe ser fruto de una agrupación de diversos profesionales y por ello el alumnado debe:

1. Ser colaborador y trabajador en equipo, respetando las funciones y áreas de responsabilidad de cada miembro.
2. Tener capacidad crítica y autocrítica.
3. Ser capaz de diseñar y gestionar proyectos.
4. Tener compromiso ético

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

5. CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA (TEMARIO)

- 1.-Fisiología femenina: Etapas del ciclo vital femenino: pubertad, ciclo genital femenino, embarazo, lactancia y menopausia
- 2.-Alimentación en la pubertad: Diferencias en el desarrollo femenino, cambios fisiológicos de la pubertad. Alimentación en esta etapa.
- 3.-Alimentación durante las diferentes fases del ciclo genital femenino: Alimentación en la menstruación, durante la ovulación, en fase premenstrual y en fases proliferativa y secretora. La alimentación para prevenir el Síndrome premenstrual
- 4.-Alimentación durante el embarazo: Alimentación preconcepcional y relación con fertilidad. Necesidades nutritivas en las diferentes fases del embarazo
- 5.-Alimentación durante la lactancia: Necesidades nutritivas de la mujer lactante. Influencia de la alimentación de la lactante en el desarrollo infantil y recuperación postparto
- 6.-Alimentación durante la menopausia: Necesidades nutritivas y cambios fisiológicos durante perimenopausia. La nutrición como medida preventiva para alteraciones producidas por el cese hormonal.
- 7.-Alimentación en enfermedades crónicas y diversas situaciones: Obesidad, diabetes mellitus tipo II, enfermedades cardiovasculares, osteoporosis y enfermedades reumáticas, alteraciones mentales (depresión, Alzheimer, etc.) y desordenes de la alimentación (anorexia y bulimia).

PROGRAMA PRÁCTICO DE LA ASIGNATURA (Enseñanzas Prácticas y de Desarrollo)

- Manejo del microscopio óptico. Visualización al microscopio de variaciones en la cristalización de la saliva según el periodo del ciclo femenino.
- Recopilación y discusión de mitos sobre la alimentación durante el embarazo y la lactancia.
- Dietas para facilitar la concepción: visión general y discusión de estudios publicados.
- Recopilación y discusión sobre las dietas de adelgazamiento femeninas

Temas propuestos como para desarrollar por el alumno como trabajo personal:

- Alimentación pre-concepcional
- Síndrome pre-menstrual y alimentación
- Obesidad femenina y obesidad masculina
- Menopausia y alimentación
- Adolescencia y alimentación

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

6. METODOLOGÍA Y RECURSOS

-En las clases teóricas (enseñanzas básicas) los profesores impartirán clases expositivo-participativas en las que expondrán los conceptos más importantes relacionados con los principios que gobiernan los procesos fisiopatológicos, durante las mismas el profesor discutirá los conceptos con los alumnos para facilitar su comprensión.

-Prácticas: Los alumnos asistirán a sesiones de prácticas durante el curso académico, en ellas, tras una pequeña introducción por parte de los profesores encargados, los alumnos llevarán a cabo experimentos concretos. Y deberán realizar un Cuaderno de Prácticas contestando a preguntas sobre las actividades realizadas. Los alumnos participarán en las discusiones durante las clases teóricas y durante las clases prácticas.

-El alumnado deberá preparar un tema para exponer en el aula.

Como recursos el alumnado tendrá la bibliografía recomendada, y en la WebCT estarán las presentaciones utilizadas en el aula y aquellos materiales que el profesorado considere adecuado como artículos de prensa, revistas, páginas web, etc.

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

7. EVALUACIÓN

La evaluación será continua, valorándose todas las actividades formativas realizadas. Habrá un examen escrito teórico-práctico para evaluar conocimientos adquiridos por los alumnos y su comprensión y capacidad de aplicación de los mismos. Este examen consistirá en 30 preguntas test unirespuesta y 2 preguntas cortas. Para la evaluación de las prácticas, los alumnos irán completando a lo largo del curso el denominado “cuaderno de prácticas” de elaboración obligatoria, que será evaluado por los profesores. Finalmente se evaluará la participación de los alumnos en las distintas actividades teóricas y prácticas y los trabajos de análisis de temas de la asignatura.

Criterios de evaluación y calificación

- 1.- Examen escrito. 40 % del total de la calificación global.
 - 2.- Evaluación del cuaderno de prácticas. 30 % de la calificación global.
 - 3.- Participación activa en sesiones prácticas. 10 % de la calificación final.
 - 4.- Trabajos de análisis de temas de la asignatura. 20% de la calificación global.
- La asistencia a las prácticas es obligatoria.

Nota: Título II. Capítulo II. Artículo 14.2 y 14.3 de la Normativa de Régimen Académico y de Evaluación del Alumnado (aprobada en Consejo de Gobierno de la UPO el 18 de julio de 2006): “En la realización de trabajos, el plagio y la utilización de material no original, incluido aquél obtenido a través de Internet, sin indicación expresa de su procedencia y, si es el caso, permiso de su autor, podrá ser considerada causa de calificación de suspenso de la asignatura, sin perjuicio de que pueda derivar en sanción académica.

Corresponderá a la Dirección del Departamento responsable de la asignatura, oídos el profesorado responsable de la misma, los estudiantes afectados y cualquier otra instancia académica requerida por la Dirección del Departamento, decidir sobre la posibilidad de solicitar la apertura del correspondiente expediente sancionador”.

8. BIBLIOGRAFÍA GENERAL

Libros de texto

- “Nutrición y alimentación humana”.
Autor(es): Mataix, J.
Edición: Ergon, Madrid. (2009).
ISBN: 9788484736646
Nivel de relevancia: Alto

GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

Categoría: Básico

- Nutrición en población femenina: desde la infancia a la edad avanzada. .
Autor(es): Ortega Anta, Rosa María
Edición: Ergón, Madrid (2007)
ISBN:9788484735564
Nivel de relevancia: Alto
Categoría: Básico

- Optimizing Women's Health Through Nutrition
Autor(es): Thompson, Lilian U. (edt) ; Ward, Wendy E. (edt)
Edición: : Taylor & Francis - Estados Unidos (2008)
ISBN: 1420043005
13: 9781420043006
Nivel de relevancia: Alto
Categoría: Básico

- Saber comer. Todo lo que una mujer necesita saber sobre la adecuada nutrición femenina
Autor(es): Varios
Edición: Oniro, 1998
ISBN: 8489920095
Nivel de relevancia: Bajo
Categoría: Complementario

- ALIMENTACION ANTES, DURANTE Y DESPUES DEL EMBARAZO
Autor(es): Dr. Ernesto E. Villalba Supka
Edición: <http://www.portalesmedicos.com/publicaciones/articulos/1177/1/Alimentacion-antes-durante-y-despues-del-embarazo.html>(2008)
Nivel de relevancia: Bajo
Categoría: Complementario

- NUTRIOLOGÍA MÉDICA
Autor(es): Esther Casanueva (), Martha Kaufer-Horwitz , Ana Bertha Pérez-Lizaur , Pedro Arroyo
Edición: Medica Panamericana Mexico (3ª Ed 2009)
ISBN: 9789687988740
13: 9789687988740
Nivel de relevancia: Medio
Categoría: Complementario

- Nutrición y dietética durante el embarazo
Autor(es): González de Agüero Laborda, Rafael; Fabre González, Ernesto
Edición: Masson, S.A.Barcelona (1996)



GUÍA DOCENTE

Curso 2011-2012

ISBN: 84-8174-617-7

Nivel de relevancia: Medio

Categoría: Complementario

Ver toda la bibliografía relacionada en el siguiente enlace:

<http://athenea.upo.es/search/d?SEARCH=Nutricion+femenina&sortdropdown=-&searchscope=1&submit=Enviar>