

GUÍA DOCENTE

Curso 2017-2018

1. DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

Grado:	Nutrición Humana y Dietética
Doble Grado:	
Asignatura:	Dietética
Módulo:	Ciencias de la Nutrición y Salud
Departamento:	Biología Molecular e ingeniería Bioquímica
Año académico:	2017-2018
Semestre:	Segundo
Créditos totales:	6 ECTS
Curso:	Segundo
Carácter:	Obligatoria
Lengua de impartición:	Española

Modelo de docencia:	C1	
a. Enseñanzas Básicas (EB):		50%
b. Enseñanzas de Prácticas y Desarrollo (EPD):		50%
c. Actividades Dirigidas (AD):		

GUÍA DOCENTE

Curso 2017-2018

2. EQUIPO DOCENTE

2.1. Responsable de la asignatura

Isabel Cerrillo García

2.2. Profesores

Nombre:	Isabel Cerrillo García
Centro:	Facultad de Ciencias Experimentales
Departamento:	Biología Molecular e Ingeniería Bioquímica
Área:	Nutrición y Bromatología
Categoría:	Profesora Contratada Doctora
Horario de tutorías:	Lunes y miércoles de 9 a 12:00 horas.
Número de despacho:	Edificio 22, Despacho B.04
E-mail:	icergar@upo.es
Teléfono:	954977613
Nombre:	Luis Morán Fagundez
Centro:	Facultad de Ciencias Experimentales
Departamento:	Biología Molecular e Ingeniería Bioquímica
Área:	Nutrición y Bromatología
Categoría:	Profesor Asociado
Horario de tutorías:	Lunes y miércoles de 12 a 14:00 horas (previa cita)

GUÍA DOCENTE

Curso 2017-2018

Número de despacho:	Edificio 22, Despacho 2.01.G
E-mail:	ljmorfag@upo.es
Teléfono:	954977893

3. UBICACIÓN EN EL PLAN FORMATIVO

3.1. Descripción de los objetivos

El objetivo fundamental de la asignatura de Dietética es el conocimiento de las bases de una alimentación saludable y su importancia a lo largo de las distintas etapas de la vida.

En concreto, se pretenden conseguir los siguientes resultados del aprendizaje:

1. Conocer las raciones de alimentos de consumo habitual.
2. Conocer las necesidades nutricionales según la situación fisiológica del individuo y saber cómo satisfacerlas mediante una dieta equilibrada.
3. Ser capaz de analizar dietas y de diseñar dietas equilibradas para distintos colectivos de la población.
4. Adquirir habilidades en el manejo de programas informáticos de Nutrición y Dietética, para la elaboración y la valoración nutricional de dietas.

3.2. Aportaciones al plan formativo

La Dietética es esencial para el Dietista-Nutricionista, puesto que como profesional de la salud debe saber cómo conocer los hábitos alimentarios de la población y cómo intervenir en la alimentación de una persona o un colectivo. Además, ha de saber cuáles son las necesidades nutricionales según la situación fisiológica del individuo y como satisfacerlas mediante una alimentación equilibrada. Este conocimiento es importante en todos los ámbitos profesionales.

3.3. Recomendaciones o conocimientos previos requeridos

Para cursar esta asignatura no se establecen requisitos previos. Sin embargo, resulta aconsejable, para un aprovechamiento mejor de la asignatura, que quien la curse haya superado las asignaturas de Bromatología y Nutrición básica y ciclo vital del primer semestre de 2º curso.

GUÍA DOCENTE

Curso 2017-2018

4. COMPETENCIAS

4.1 Competencias de la Titulación que se desarrollan en la asignatura (Competencias generales)

- Posesión y comprensión de conocimientos de su área de estudio, desde niveles básicos hasta niveles avanzados, que estén en la vanguardia del conocimiento (CG1).
- Capacidad para aplicar los conocimientos a su área de trabajo, pudiendo elaborar y defender argumentos, así como, resolver problemas (CG2).
- 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 (CG3).
- Capacidad de análisis y síntesis (CG6).
- Adquirir habilidades de gestión de la información y expresión del conocimiento (CG7).
- Saber exponer en forma escrita y oral (CG8).
- Capacidad crítica (CG11).

4.2. Competencias del Módulo que se desarrollan en la asignatura (Competencias específicas)

- Conocer las necesidades y requerimientos nutricionales en función de las características del individuo, en las distintas etapas de la vida y situaciones fisiológicas. Biodisponibilidad de los nutrientes (CE25)
- Conocer 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 (CE28)
- Identificar los factores que influyen en la alimentación y la nutrición (CE39).
- 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 (CE40).
- Desarrollar la planificación de menús para colectividades: participar en la gestión del servicio de alimentación (CE43).
- Conocer y utilizar las herramientas que faciliten el trabajo del profesional a partir de las nuevas tecnologías emergentes (CE53).
- Ser capaz de adaptar el futuro ejercicio profesional a la rápida evolución de los conocimientos científicos y a los cambios sociales y culturales (CE55)

GUÍA DOCENTE

Curso 2017-2018

4.3. Competencias particulares de la asignatura

- Aplicar los conocimientos de la Ciencia de los Alimentos y la Nutrición al diseño de dietas.
- Saber evaluar y analizar dietas, ajustándolas a las particularidades de un individuo.
- Identificar las bases de una alimentación saludable y del balance nutricional.
- Adquirir habilidades en el manejo de programas informáticos de Nutrición y Dietética para valoración nutricional de menús.

5. CONTENIDOS DE LA ASIGNATURA (TEMARIO)

CONTENIDO TEÓRICO

El contenido teórico de la asignatura de Dietética consta de 10 temas distribuidos en 2 Bloques:

Bloque 1: ALIMENTACIÓN EN DISTINTAS ETAPAS DE LA VIDA

TEMA 1. INTRODUCCIÓN A LA DIETÉTICA.

- Concepto de Dietética.
- Alimento vs Nutriente.
- Definición de dieta. Características de una dieta óptima.
- Nutrición vs Alimentación.
- Comportamiento alimentario. Factores influyentes.
- Situación actual y perspectivas de futuro.

TEMA 2. DIETA SALUDABLE

- Alimentos frescos vs alimentos procesados.
- Concepto de perfil calórico
- Concepto de perfil lipídico
- Distribución de alimentos en la dieta.
- Raciones de alimentos.

TEMA 3. LA ALIMENTACIÓN EN LA GESTACIÓN.

- Papel de la nutrición en la gestación.
- Cambios fisiológicos durante la gestación.
- Importancia de la alimentación equilibrada. Objetivos de una buena alimentación durante la gestación.

GUÍA DOCENTE

Curso 2017-2018

- Embarazos múltiples.
 - El embarazo en las adolescentes.
 - Requerimientos alimentarios de la gestante.
 - Trastornos del embarazo que afectan a la alimentación.
 - Precauciones especiales.
 - Riesgos alimenticios.
- TEMA 4. LA ALIMENTACIÓN DE LA MADRE DURANTE LA LACTANCIA.
- Introducción.
 - Cambios fisiológicos tras el parto y producción de leche.
 - Incremento de las necesidades nutricionales durante la lactancia.
 - Recomendaciones alimentarias para la mujer lactante.
 - Precauciones.
 - Ventajas de la lactancia materna para el bebé.
 - Ventajas de la lactancia materna más allá del bebé.
- TEMA 5. LA ALIMENTACIÓN DEL LACTANTE.
- Introducción.
 - Crecimiento y maduración del niño.
 - Composición de la leche materna.
 - ¿Cómo alimentar al bebé? Almacenamiento de la leche humana.
 - Diferencias entre leche de vaca y leche humana.
 - Fórmulas lácteas de iniciación y de continuación.
 - Alimentación complementaria, diversificación progresiva o Beikost.
- TEMA 6. LA ALIMENTACIÓN EN LA INFANCIA.
- Introducción.
 - Objetivos de la alimentación.
 - Distribución de las comidas.
 - Factores de riesgo nutricional en niños de 1 a 3 años.
 - La importancia del desayuno.
 - Comidas basura, comidas preparadas, fast food.
 - Principales influencias sobre el consumo.
 - Índices de una dieta saludable.
- TEMA 7. LA ALIMENTACIÓN DEL ADOLESCENTE.
- Introducción.
 - Dieta saludable para adolescentes.
 - Situaciones del adolescente que requieren modificaciones alimentarias.
 - Incumplimiento de las recomendaciones alimentarias.
 - Trastornos de la conducta alimentaria.
 - Educación nutricional y programas de actuación.
- TEMA 8. LA ALIMENTACIÓN EN LA VEJEZ.
- Introducción.
 - Cambios producidos en esta etapa (fisiológicos, composición corporal, conciencia sensorial, psicológicos y socioeconómicos).

GUÍA DOCENTE

Curso 2017-2018

- Planificación dietética en los mayores.
- Actividad física en edad avanzada.

Bloque 2: ALIMENTACIÓN COMUNITARIA

TEMA 9. RESTAURACIÓN COLECTIVA.

- Introducción.
- Adaptación de los menús según la colectividad a la que vayan destinados
- Criterios a tener en cuenta en la confección de los menús.
- Papel del dietista-nutricionista.

TEMA 10. FORMAS ALTERNATIVAS DE ALIMENTACIÓN.

- Introducción.
- Dieta vegana.
- Dieta sostenible.
- Otras dietas
- Ortorexia.

CONTENIDO PRÁCTICO

Las prácticas de la asignatura de Dietética se impartirán a lo largo del curso en diversas sesiones. Los temas a tratar son:

Estudio de raciones de consumo habitual.

Evaluación y análisis de dietas.

Diseño de una dieta saludable.

Aprendizaje y manejo de programas informáticos para la valoración nutricional de dietas. Programa informático DIAL.

Casos prácticos. Programa informático DIAL.

6. METODOLOGÍA Y RECURSOS

El contenido teórico de la asignatura de Dietética se impartirá según la siguiente metodología:

- ✓ El **contenido teórico** de la asignatura de Dietética (23 horas) se impartirá mediante:
 - Presentación en aula de forma participativa, de conocimientos, conceptos y procedimientos asociados al contenido teórico.
 - Realización de una Tarea en grupo, conjunta con las asignaturas Tecnología culinaria y Educación nutricional, donde deben ponerse de manifiesto los conocimientos teóricos y prácticos adquiridos en dichas asignaturas.

GUÍA DOCENTE

Curso 2017-2018

- Lectura y debate en clase de artículos científicos recientes relacionados con la asignatura.
- ✓ El **contenido práctico** de la asignatura de Dietética (22 horas) se impartirá en grupos de 20 alumnos, mediante la realización de prácticas en cocina o aula y la realización de casos prácticos en aula de informática mediante el uso de programa/s de Nutrición y Dietética.

7. EVALUACIÓN

El sistema de evaluación de la asignatura se rige según la Normativa de evaluación de los estudiantes de Grado de la universidad Pablo de Olavide, publicado en el BUPO nº 7/2014.

1ª Convocatoria (DE CURSO):

A. Sistema de evaluación continua (60% de la calificación):

La evaluación de la asignatura se hará de forma continuada y se valorarán todas las actividades formativas realizadas durante la impartición de la asignatura. A continuación se indican los aspectos a evaluar, con indicación de los criterios, instrumentos y peso en la calificación total asignados en cada caso:

1. Evaluaciones a lo largo del curso. PESO 15%

Criterios:

- Adquisición continua de conocimientos teóricos y prácticos a lo largo del curso.

Instrumentos:

- Cuatro evaluaciones tipo test, realizadas en horas de clase a lo largo del curso.

Las

fechas se indicarán con antelación para asegurar la asistencia del alumnado en su totalidad.

2. Conocimientos prácticos. PESO 25%

Criterios:

- Adquisición y dominio de los conocimientos prácticos de la asignatura.
- Realización de las sesiones prácticas:
 - Manipulación del material de prácticas.
 - Adecuación e interpretación de los resultados.

GUÍA DOCENTE

Curso 2017-2018

Instrumentos:

- Examen práctico que se desarrollará a final de curso, coincidiendo con la última sesión práctica, en el Aula de Informática.

3. Tarea en grupo, conjunta con Tecnología culinaria y Educación Nutricional. PESO 20%

Criterios:

- Entrega de la tarea propuesta dentro del plazo especificado.
- Adecuación e interpretación de los resultados.

Instrumentos:

- Valoración de la exposición oral del trabajo realizado.

Se entregará al alumnado a comienzos de curso tanto las normas de la tarea como las rúbricas que se considerarán para la evaluación del trabajo.

4. Asistencia y participación.

La asistencia a clase será valorada, pudiendo contribuir hasta en 0,5 puntos a la nota final de la asignatura en aquellos casos en los que el alumno, habiendo aprobado Dietética, haya asistido regularmente a clase con una actitud participativa.

Consideraciones Generales:

Es obligatoria la asistencia a todas las sesiones prácticas para aprobar la asignatura por el sistema de evaluación continua. Si algún alumn@ no puede asistir a una de las prácticas, siempre por causa absolutamente justificada, deberá hacer un trabajo sobre el contenido de dicha práctica, equivalente a la duración prevista de la práctica en cuestión. Por otro lado, la falta de asistencia no justificada a una práctica y no aceptada por el profesor, supone la renuncia al sistema de evaluación continua, siendo evaluado por el sistema de evaluación en la convocatoria de recuperación.

B. Sistema de evaluación de examen correspondiente a la convocatoria de curso:

Tendrá lugar en el período fijado en el calendario académico, y estará diseñada para evaluar conocimientos teórico y/o prácticos contemplados en la Guía Docente (40% de la calificación).

En el caso de estudiantes que por estar incursos en un programa de movilidad o en un programa de deportistas de alto nivel, por razones laborales, de salud graves, o por causas de fuerza mayor debidamente acreditadas, que no han realizado las pruebas de evaluación continua, la evaluación por prueba única se diseñará para evaluar el total de los conocimientos (teórico y práctico) contemplados en la guía docente (prueba final escrita de conocimientos teóricos: PESO 70%; prueba final escrita de conocimientos

GUÍA DOCENTE

Curso 2017-2018

prácticos: PESO 30%). Esta circunstancia deberá ser comunicada al profesor responsable de la asignatura antes del fin del periodo docencia presencial.

2ª Convocatoria (DE RECUPERACIÓN)

La evaluación de la 2ª convocatoria y de recuperación será realizada por:

- Aquellos estudiantes que superaron las actividades formativas desarrolladas durante el período de docencia pero no las evaluaciones teórico y/o práctica realizadas en 1ª convocatoria. En este caso la prueba de evaluación correspondiente a la convocatoria de recuperación tendrá el mismo valor porcentual que en la convocatoria de curso.
- Aquellos estudiantes que no siguieron el proceso de evaluación continua o no superaron los requisitos para aprobar la asignatura en la convocatoria de curso y quieren renunciar a las notas de evaluación continua para la convocatoria de recuperación de curso. Podrán hacerlo solicitándolo previamente por escrito al profesor responsable de la asignatura, con un plazo mínimo de 10 días antes de la celebración de las pruebas. En este caso la convocatoria de recuperación de curso estará diseñada para evaluar el total de los conocimientos (teórico y práctico) contemplados en la guía docente, a efectos de optar al 100% de la calificación total de la asignatura.

8. BIBLIOGRAFÍA GENERAL

- ✓ Muñoz M, Abaceta J, García Jalón I. Nutrición aplicada y dietoterapia. Editorial Eunsa (2004).
- ✓ Ángel Gil. Tratado de nutrición. Tomo 4. Nutrición Nutrición Humana en el Estado de Salud. Editorial Médica Panamericana, Madrid. 3ª ed. (2017).
- ✓ Serra Majem L. Nutrición y Salud Pública. Editorial Elsevier-Masson (2006).
- ✓ Salas-Salvadó J. Nutrición y Dietética clínica. Editorial Elsevier-Masson (2008).
- ✓ Rojas Hidalgo E. Dietética. Principios y aplicaciones. Editorial Aula Médica (1998).
- ✓ Mataix Verdú J. Nutrición y Alimentación Humana. Volumen II. Situaciones fisiológicas y patológicas. Editorial Ergón. Madrid. 2ª ed. (2009)
- ✓ CESNID (2008). Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España + CD-ROM. Editorial McGraw- Hill.
- ✓ Mataix Verdú J (2009). Tabla de composición de alimentos 5ª edición. Editorial Universidad de Granada.