

PRINCIPIOS DE DIETÉTICA

Curso académico 2012-13

MÓDULO	MATERIA	CURSO	SEMESTRE	CRÉDITOS	TIPO
Ciencias de la Nutrición y la Salud	PRINCIPIOS DE DIETÉTICA	3º	1	6	Obligatoria
PROFESOR(ES)			DIRECCIÓN COMPLETA DE CONTACTO PARA TUTORÍAS (Dirección postal, teléfono, correo electrónico, etc.)		
María Dolores Ruiz López Belén García-Villanova Ruiz			Dpto. Nutrición y Bromatología, 3ª planta. Facultad de Farmacia. 18071		
			HORARIO DE TUTORÍAS		
			10,30 - 12,30 (martes, miércoles y jueves)		
GRADO EN EL QUE SE IMPARTE			OTROS GRADOS A LOS QUE SE PODRÍA OFERTAR		
Grado en Nutrición Humana y Dietética			Ciencia y Tecnología de los alimentos		
PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES (si procede): :					
Tener cursadas las asignaturas Química General I; Química General II; Bioquímica I; Bioquímica II; Fisiología Celular y Humana I; Fisiología Celular y Humana II; Fundamentos de Bromatología; Ampliación de Bromatología; Nutrición I; Nutrición II.					
BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (SEGÚN MEMORIA DE VERIFICACIÓN DEL GRADO)					
<ul style="list-style-type: none"> • Concepto de dietética. • Tabla de composición de los alimentos y Bases de datos nutricionales. • Etiquetado de los alimentos. Etiquetado nutricional. • Los objetivos nutricionales y las guías alimentarias en la planificación de dietas equilibradas. • Aplicación de software a la evaluación de dietas. • Valoración de la calidad nutricional de alimentos y platos preparados. • La dieta en la prevención de la enfermedad. 					
COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS					



Competencias genéricas (CG):

- Reconocer los elementos esenciales de la profesión del Dietista-Nutricionista, incluyendo los principios éticos, responsabilidades legales y el ejercicio de la profesión, aplicando el principio de justicia social a la práctica profesional y desarrollándola con respeto a las personas, sus hábitos, creencias y cultura (CG.1.1).
- Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo (CG.1.2).
- Reconocer la necesidad de mantener y actualizar la competencia profesional, prestando especial importancia al aprendizaje, de manera autónoma y continuada, de nuevos conocimientos, productos y técnicas en nutrición y alimentación, así como a la motivación por la calidad (CG.1.3).
- Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando, cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional(CG.1.4)

Competencias específicas (CE) :

- Interpretar y manejar las bases de datos y tablas de composición de alimentos. CE.M.2.5)
- Identificar las bases de una alimentación saludable (suficiente, equilibrada, variada y adaptada)(CE.M.4.4)
- Participar en el diseño de estudios de dieta total (CE.M.4.5).
- Manejar las herramientas básicas en TICs utilizadas en el campo de la Alimentación, Nutrición y la Dietética CE.M.4.19).
- Conocer los límites legales y éticos de la práctica dietética (CE.M.4.20)
- Ser capaz de fundamentar los principios científicos que sustentan la intervención del dietista-nutricionista, supeditando su actuación profesional a la evidencia científica (CE.M.22)

OBJETIVOS (EXPRESADOS COMO RESULTADOS ESPERABLES DE LA ENSEÑANZA)

- Aplicar las bases de datos nutricionales y tabla de composición de alimentos al análisis de dietas.
- Saber aplicar las herramientas básicas utilizadas en el campo de la dietética.
- Saber diseñar y valorar una dieta para un individuo o un colectivo.

TEMARIO DETALLADO DE LA ASIGNATURA

TEMARIO TEÓRICO:

BASES Y FUNDAMENTOS DE LA DIETÉTICA

Tema 1. **Introducción.** Concepto de dietética. Objetivo. Perfil del Dietista-Nutricionista.

Tema 2. **Tabla de composición de los alimentos (TCA).** Análisis de las TCA más utilizadas. Aplicaciones de las mismas a la evaluación de dietas.

Tema 3. **Bases de datos nutricionales (BDN).** Análisis, usos y limitaciones. Principales BDN. Modo de utilización. Aplicaciones.

Tema 4. **Etiquetado de los alimentos.** Información alimentaria obligatoria y voluntaria.

Tema 5. **Declaraciones de propiedades nutritivas y saludables de los alimentos.**

Tema 6. **Guías alimentarias.** Directrices generales para su desarrollo. Características. Principales guías alimentarias.

Tema 7. **Valoración de la calidad nutricional de alimentos y platos preparados.**

Tema 8. **Dieta equilibrada y saludable.** Concepto. Los objetivos nutricionales y las guías alimentarias en la planificación de dietas saludables.

Tema 9. **Planificación dietética.** Objetivo. Estructura básica de un menú. Equilibrio y variedad.



Tema 10. **La dieta en la prevención de la enfermedad. Componentes de los alimentos y salud.**

Tema 11. **Ingredientes con propiedades saludables:** Utilización en dietas para el crecimiento y desarrollo en la primera infancia.

Tema 12. **Ingredientes con propiedades saludables:** Utilización en dietas para reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares, para la regulación gastrointestinal y en el estrés oxidativo.

SEMINARIOS

- La alimentación de los españoles (panel de consumo)
- Etiquetado: Reglamentación sobre las propiedades nutritivas de los alimentos. Casos prácticos
- Declaración sobre las propiedades saludables de los alimentos. interpretación de la información al consumidor.
- Diseño y programación de dietas.
- Valoración de la calidad nutricional de una dieta.
- Mercado de productos saludables

TEMARIO PRÁCTICO:

Practica 1. Laboratorio de dietética. Pesos, volúmenes, raciones. Aplicación de los índices de calidad de una dieta

Práctica 2. Manejo de tablas de composición de alimentos y bases de datos nutricionales.

- Uso e interpretación de las tablas de composición de alimentos.
- Evaluación nutricional de alimentos, platos preparados y menús
- Elección de alimentos ricos en determinados nutrientes para aumentar la ingesta del mismo en una dieta.

Práctica 3

1. **Laboratorio de dietética.** pesos, volúmenes y raciones. Aplicación de los índices de calidad
2. **Manejo de tablas de composición de alimentos** para valoración de alimentos platos preparados y menús
3. **Planificación dietética de un menú.** Definición de la estructura básica de un menú. Selección de alimentos.
4. **Aprendizaje y manejo de programas informáticos para la valoración nutricional de dietas.**
5. **Valoración nutricional de la dieta personal del alumno.** El alumno realizará un registro de siete días de su dieta y posteriormente evaluará la calidad de la misma.

BIBLIOGRAFÍA

- BELLIDO GUERRERO D, DE LUÍS ROMÁN DA (2006). Manual de nutrición y metabolismo. Ed. Díaz de Santos, Madrid.
- CERVERA, (2004). Alimentación y Dietoterapia (Nutrición aplicada en la salud y la enfermedad) 4ª Ed. . Interamericana McGraw-Hill.
- CESNID (2008). Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España. Ed McGraw-Hill, Madrid.
- DUPIN H, CUQ J-L. MALEWIAK M, LEYNAUD-ROUAUD C, et BERTHIER (1997). La alimentación Humana. Ed. Bellaterra Barcelona.
- GIL, A. (2010). Tratado de Nutrición (Tomos II y III). Ed. Panamericana. Madrid.
- MAHAN L K. Y ARLIN M. (2009) Nutrición y Dietética de Krauser. 12ª ed. Elsevier Masson. Barcelona.
- MARTINEZ HERNÁNDEZ A, Portillo Baquedano M del P (2011). Fundamentos teórico-prácticos de Nutrición y Dietética. Ed. Panamericana. Madrid
- MINISTERIO DE SANIDAD Y CONSUMO (1995). Tablas de composición de alimentos españoles. Ed. Ministerio de Sanidad y Consumo. Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones, Madrid.
- MUÑOZ M. ARANCETA J. GARCÍA-JALON I. (2004) Nutrición y Dietoterapia. Ed. EUNSA. Ediciones



Universidad de Navarra.

- RIBERO M (2003). Nuevo Manual de dietética y nutrición. Ed. V. Madrid.
- SALAS-SALVADO J, BONADA A, TRALLERO R, SALÓ ME, BURGOS R (2008). Nutrición y Dietética Clínica. 2ª ed. Ed. Masson. Barcelona.
- SALAS-SALVADO J. (2008). Nutrición y Dietética Clínica. 2 Ed. Elsevier Masson. Barcelona
- SENC (2001). Guías alimentarias para la población española. IM &C, S.A. Madrid.
- VAZQUEZ C, DE COS AI, LOPEZ NOMDEDEU C (2005). Alimentación y nutrición. Manual Teórico-Práctico, 2ª ed. Díaz de Santos, Madrid.

ENLACES RECOMENDADOS

- <http://www.nutricioncomunitaria.org/> (Sociedad española de Nutrición Comunitaria)
- <http://www.senba.es/> (Sociedad de Nutrición Básica y adaptada)
- <http://www.sennutricion.org/> (Sociedad Española de Nutrición)
- <http://www.seedo.es/> (Sociedad Española para estudiar la Obesidad)
- <http://www.aesan.es> (Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición)
- <http://portalfarma.com> (Consejo General de Colegios Oficiales de Farmacéuticos)
- <http://fen.org.es> (Fundación Española de Nutrición)

EVALUACIÓN (INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN, CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y PORCENTAJE SOBRE LA CALIFICACIÓN FINAL, ETC.)

La evaluación se llevará a cabo mediante:

- Examen con preguntas cortas y/o preguntas de desarrollo y tipo test sobre el contenido del programa teórico y lo tratado en los seminarios.
- Examen sobre los contenidos desarrollados en las clases prácticas.
- Valoración de trabajos autónomos

La superación de cualquiera de las pruebas no se logrará sin un conocimiento uniforme y equilibrado de toda la materia.

La superación de la asignatura supondrá tener aprobadas cada una de las partes

COMPETENCIAS	SISTEMA DE EVALUACIÓN	% CALIFICACIÓN FINAL
Clases de teoría	SE.1; SE.2; SE.3	70
Clases prácticas	SE.7,SE.8	20
Seminarios y/o exposición de trabajos	SE.11	10

