

MÓDULO	MATERIA	CURSO	SEMESTRE	CRÉDITOS	TIPO
Nutrición y Salud	Nutrición Humana	3º	2º	6	Obligatoria
PROFESOR(ES)			DIRECCIÓN COMPLETA DE CONTACTO PARA TUTORÍAS (Dirección postal, teléfono, correo electrónico, etc.)		
- Rosa Maria Garcia Estepa			Dpto. Nutrición y Bromatología, 3ª planta, Facultad de Farmacia. Correo electrónico: rgestepa@ugr.es Teléfono: 958 243866		
			HORARIO DE TUTORÍAS		
			http://www.ugr.es/~nutricion/pdf/tutorias13.pdf		
GRADO EN EL QUE SE IMPARTE			OTROS GRADOS A LOS QUE SE PODRÍA OFERTAR		
Grado en Ciencia y Tecnología de los Alimentos			Grado de Nutrición Humana y Dietética		
PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES (si procede)					
Los propios del acceso al Título de Grado en Ciencia y Tecnología de los Alimentos. En particular esta asignatura requiere haber cursado previamente las materias del módulo de Formación Básica Común y las asignaturas Bromatología, Ampliación de Bromatología y Nutrición					
BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (SEGÚN MEMORIA DE VERIFICACIÓN DEL GRADO)					
La alimentación en las distintas etapas de la vida: embarazo, lactancia, niñez, adolescencia, adulto y mayores					
COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS					
Competencias Generales <ul style="list-style-type: none"> Las Competencias Básicas, de Universidad y Transversales recogidas en la Memoria de Verificación del Grado en Ciencia y Tecnología de los Alimentos Competencias Específicas					



- CE.2, CE.12, CE.13, CE.15

OBJETIVOS (EXPRESADOS COMO RESULTADOS ESPERABLES DE LA ENSEÑANZA)

- Poder diseñar y evaluar dietas y menús acordes a la situación fisiológica, a las ingestas recomendadas y guías alimentarias

TEMARIO DETALLADO DE LA ASIGNATURA

TEMARIO TEÓRICO:

- **Tema 1.-** La alimentación en la gestación. Fórmula dietética. Distribución de la dieta. Aspectos culinarios. Guías para la confección de menús. Alimentos aconsejados y desaconsejados. Control del peso.
- **Tema 2.-** La alimentación de la madre durante la lactancia. Fórmula dietética. Distribución de la dieta. Aspectos culinarios. Guías para la confección de menús. Alimentos aconsejados y desaconsejados.
- **Tema 3.-** La alimentación del lactante. Lactancia materna: ventajas e inconvenientes. Alimentación artificial: Preparados para lactantes y de continuación.
- **Tema 4.-** La alimentación complementaria del lactante. Alimentos infantiles.
- **Tema 5.-** La alimentación de los niños de corta edad. Fórmula dietética. Distribución de la dieta. Hábitos alimentarios. Importancia del desayuno.
- **Tema 6.-** La alimentación de los escolares. Fórmula dietética. Distribución de la dieta. Hábitos dietéticos y recomendaciones. Comedor escolar. Importancia del desayuno. Comida rápida. Snacks. Actitud frente al alimento.
- **Tema 7.-** La alimentación de los adolescentes. Distribución de la dieta. Hábitos dietéticos y recomendaciones. Importancia del desayuno. Comida rápida. Snacks. Actitud frente al alimento.
- **Tema 8.-** La alimentación del adulto mayor. Fórmula dietética. Distribución de la dieta. Aspectos culinarios. Alimentos aconsejados por su interés nutricional. Alimentación básica adaptada. Alimentación de mayores institucionalizados.
- **Tema 9.-** Alergias alimentarias. Concepto de alergia alimentaria. Alergia de alimentos de origen animal, vegetal y aditivos. Tratamiento dietético de las alergias.
- **Tema 10.-** Dieta Mediterránea
- **Tema 11.-** Dietas vegetarianas
- **Tema 12.-** Dietas hipocalóricas e hipercalóricas
- **Tema 13.-** Dietas desarrolladas para la pérdida de peso: Hipocalóricas desequilibradas, disociadas y excluyentes

SEMINARIOS/TALLERES:

- Etiquetado de los alimentos
- Diseño y valoración de dietas en las diferentes etapas de la vida: embarazo, mujer durante la lactación, infancia, adolescencia y adulto mayor
- Diseño y valoración de dietas basadas en la "alimentación mediterránea"



- Diseño y valoración de dietas para la pérdida de peso

TEMARIO PRÁCTICO:

Planificación de dietas por el sistema de intercambios

- **Práctica 1:** Concepto de intercambio. Clasificación de los alimentos.
- **Práctica 2:** Elaboración y manejo de listas de intercambio.
- **Práctica 3:** Planificación de dietas: dieta equilibrada.
- **Práctica 4:** Planificación de dietas: dietas hipocalóricas, dietas hiperproteicas.
- **Práctica 5:** Elaboración de menús.

BIBLIOGRAFÍA

- Bellido Guerrero, D., De Luís Román, D.A. (Coordinadores). (2006). Manual de nutrición y metabolismo. Ed. Díaz de Santos, Madrid.
- Cervera, P. Clapés, J., Rigolfas, R. (2004). Alimentación y dietoterapia (Nutrición aplicada en la salud y la enfermedad) 4ª Ed. McGraw-Hill Interamericana de España S.L. Madrid.
- CESNID (2008). Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España. Ed McGraw-Hill, Madrid.
- Gil, A. (2010). Tratado de nutrición (Tomos II y III). Ed. Panamericana, Madrid.
- González Gallego, J., Sánchez Collado, P., Mataix Verdú, J. (2011). Nutrición en el deporte: ayudas ergogénicas y dopaje. Ed. Díaz de Santos: Fundación Universitaria Iberoamericana, Madrid
- Mahan, L.K., Escott-Stump, S. (2009). Nutrición y dietoterapia de Krause. 12ª ed. Ed. Elsevier Masson, Barcelona.
- Martínez Fernández, J., Miguel Valor, N., Perote Alexandre, A. (Coordinadores) (2011). Alergias alimentarias ¿Y ahora qué? 2ª ed. Ed. International Marketing & Communication S.A. Madrid.
- Martínez Hernández, A., Portillo Baquedano, Mª del P. (2011). Fundamentos teórico-prácticos de nutrición y dietética. Ed. Panamericana, Madrid
- Melvin, H.W. (2005). Nutrición para la salud, la condición física y el deporte. McGraw-Hill, México
- Muñoz, M., Aranceta, J., García-Jalón, I. (2004). Nutrición aplicada y dietoterapia. 2ª ed. Ed. EUNSA, Pamplona.
- Rivero, M., Riba, M., Vila, LL. (2003). Nuevo manual de dietética y nutrición. Ed. A. Madrid-Vicente, Madrid.
- Salas-Salvadó, J., Bonada, A., Tralleró, R., Saló, M.E., Burgos, R. (2008). Nutrición y dietética clínica. 2ª ed. Ed. Masson, Barcelona.
- SENC (2001). Guías alimentarias para la población española. IM & C, S.A. Madrid.
- Vázquez, C., De Cós, A.I., López Nomdedeu, C. (2005). Alimentación y nutrición. Manual teórico-práctico, 2ª ed. Ed. Díaz de Santos, Madrid.
- Zuvelandia, J.M., Baeza, M.L., Jáuregui, I., Sennet, C. (Coordinadores). (2012). Libro de las enfermedades alérgicas de la Fundación BBVA. Ed. Nerea S.A. San Sebastián.



ENLACES RECOMENDADOS

Organismos

- [Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición - AESAN](#)
- [Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética - FESNAD](#)
- [Fundación Española de la Nutrición - FEN](#)
- [Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente](#)
- [Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación - SEDCA](#)
- [Sociedad Española de Nutrición - SEN](#)
- [Sociedad Española de Nutrición Básica y Aplicada - SENBA](#)
- [Sociedad Española de Nutrición Comunitaria - SENC](#)
- [Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad - SEEDO](#)

Legislación Alimentaria

- [Boletín Oficial de la Junta de Andalucía](#)
- [Boletín Oficial del Estado](#)
- [Diario Oficial de la Unión Europea](#)

METODOLOGÍA DOCENTE

- Clase magistral participativa
- Realización de seminarios/talleres
- Aprendizaje basado en la resolución de problemas y casos prácticos

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

3º Curso 2º Cuatrimestre	Temas del temario	Actividades presenciales (NOTA: Modificar según la metodología docente propuesta para la asignatura)						Actividades no presenciales (NOTA: Modificar según la metodología docente propuesta para la asignatura)			
		Sesiones teóricas (horas)	Sesiones prácticas (horas)	Exposiciones y seminarios (horas)	Tutorías colectivas (horas)	Exámenes (horas)	Etc.	Tutorías individuales (horas)	Estudio y trabajo individual del alumno (horas)	Trabajo en grupo (horas)	Etc.
Semana 1											
Semana 2											
Semana 3											
Semana 4											
Semana 5											
Semana 6											



Total horas											
--------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

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

- **EVALUACIÓN DE LOS CONOCIMIENTOS TEÓRICOS**
 - La evaluación de la parte teórica de la asignatura se realizará mediante pruebas escritas sobre el contenido del temario teórico y la materia de los seminarios.
 - Se realizará un examen parcial y un examen final según lo establecido en el calendario oficial de exámenes del grado.
 - Las calificaciones de estos exámenes supondrán el 70% de la nota final de la asignatura.
 - La superación de cualquiera de las pruebas no se logrará sin un conocimiento uniforme y equilibrado de toda la materia evaluada en dicha prueba.
- **EVALUACIÓN DE LOS SEMINARIOS/TALLERES**
 - La realización de los seminarios por parte de los alumnos es obligatoria.
 - La calificación supondrá un 10% de la nota final
- **EVALUACIÓN DE LOS CONOCIMIENTOS PRÁCTICOS**
 - La realización de las prácticas es obligatoria, siendo imprescindible la asistencia a todas las sesiones de las mismas y su superación mediante una prueba escrita.
 - Los alumnos que no superen el examen de prácticas, podrán recuperarlo en un examen extraordinario cuando terminen las prácticas de la asignatura.
 - La calificación de prácticas contabilizará un 20% de la nota final de la asignatura.

EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

- Aquellos alumnos que, por motivos debidamente justificados, no se acojan al método de evaluación continua realizarán un examen final que constará de una parte teórica y una parte práctica. La parte teórica representará el 75% y la práctica el 25% de la calificación final.
- La superación de la asignatura supondrá tener aprobadas cada una de las partes.

INFORMACIÓN ADICIONAL:

- Normativa de evaluación y de calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada (aprobado en la sesión extraordinaria del Consejo de Gobierno de 20 de mayo de 2013)
- La superación de la asignatura supondrá tener aprobadas cada una de las partes y realizados los seminarios/talleres.

