

GUIA DOCENTE DE LA ASIGNATURA PRINCIPIOS DE DIETÉTICA

Curso académico 2013-14

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 Dra. Ruiz López 10,30 - 12,30 lunes, miércoles y viernes Dra. García-Villanova Ruiz 11,30 - 14,30 martes 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. **Ingredientes con propiedades saludables:** Utilización en dietas para reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares, para la regulación gastrointestinal y en el estrés oxidativo.

Tema 11. **La dieta en la prevención de la enfermedad.** Componentes de los alimentos, alimentos, patrones dietéticos y salud.

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 un alimento o dieta.

TEMARIO PRÁCTICO:

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-SALVADÓ 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.)

Evaluación Continua

Evaluación de los conocimientos teóricos. Se realizará un control no eliminatorio y un examen final que computará el 70% de la calificación final. El examen teórico constará de preguntas corta y/o preguntas de desarrollo sobre el contenido del temario teórico y lo tratado en seminarios.

Evaluación de seminarios y trabajos autónomos. Son obligatorios y supone un 10% de la nota final.

Evaluación de los conocimientos prácticos. Es obligatoria la realización de las prácticas para superar la asignatura, siendo imprescindible la asistencia a las mismas (1,5 créditos presenciales) y la realización de una prueba que avale sus conocimientos. Las prácticas suponen un 20% de la calificación final obtenida.

La superación de la asignatura supondrá tener aprobadas cada una de las partes y realizado el trabajo autónomo.

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.

