

Curso Académico 2014-2015

GUIA DOCENTE DE LA ASIGNATURA
Nutrición I

MÓDULO	MATERIA	CURSO	SEMESTRE	CRÉDITOS	TIPO
Ciencias de la Nutrición, la dietética y de la salud	NUTRICIÓN I	2º	1º	6	Troncal obligatoria
PROFESOR(ES)			DIRECCIÓN COMPLETA DE CONTACTO PARA TUTORÍAS (Dirección postal, teléfono, correo electrónico, etc.)		
<ul style="list-style-type: none"> Herminia Lopez Garcia de la Serrana g.C Javier Montilla Gomez g.E 			Dpto. Nutricion y Bromatologia, 3ª planta, Facultad de Farmacia. Despachos nº 316 y 317. Correo electrónico: herminia@ugr.es y jmont@ugr.es		
			HORARIO DE TUTORÍAS		
			http://www.ugr.es/~nutricion/pdf/tutorias1415.pdf		
GRADO EN EL QUE SE IMPARTE			OTROS GRADOS A LOS QUE SE PODRÍA OFERTAR		
Grado en Nutrición Humana y Dietética.			Cumplimentar con el texto correspondiente, si procede		
PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES (si procede)					
<ul style="list-style-type: none"> Tener cursadas las asignaturas Química, Bioquímica, Fisiología, Bromatología. 					
BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (SEGÚN MEMORIA DE VERIFICACIÓN DEL GRADO)					
Con esta disciplina el alumno abordará y conocerá contenidos importantes del campo de la Nutrición tales como: Las necesidades nutricionales del organismo humano, su gasto energético, la relación entre alimento y nutriente, proceso de transformación y destino de los nutrientes. Los distintos Nutrientes, sus funciones, su utilización metabólica, su interés nutricional en el campo de la alimentación. Estudiará las bases del equilibrio energético y nutricional y su regulación. Tendrá capacidad para evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en situación de salud en cualquier etapa del ciclo vital.					



ugr | Universidad de Granada

Página 1

INFORMACIÓN SOBRE TITULACIONES DE LA UGR
<http://grados.ugr.es>

Código de verificación: 8oeQ5fnXc0Bixmu49hYKn5CKCJ3NmbA . Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://sede.ugr.es/verifirma/pfinicio.jsp>

FECHA Y HORA

05/10/2014 19:01:02

PÁGINA

1 / 7

FIRMADO POR

CERT. EXPEDIDO

CERT. CADUCIDAD

24874345Y MANUEL OLALLA HERRERA

2012-03-13 mar
10:15:18 +0100

2015-03-13 vie 10:15:18
+0100



8oeQ5fnXc0Bixmu49hYKn5CKCJ3NmbA

COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS

GENERALES

- Conocer los nutrientes, su función en el organismo, su biodisponibilidad, las necesidades y recomendaciones, y las bases del equilibrio energético y nutricional.
- Integrar y evaluar la relación entre la alimentación y la nutrición en estado de salud y en situaciones patológicas.

ESPECÍFICAS

- Conocer los nutrientes, sus funciones y su utilización metabólica. Conocer las bases del equilibrio nutricional y su regulación.
- Evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en situación de salud y enfermedad en cualquier etapa del ciclo vital.
- Identificar las bases de una alimentación saludable (suficiente, equilibrada, variada y adaptada).

OBJETIVOS (EXPRESADOS COMO RESULTADOS ESPERABLES DE LA ENSEÑANZA)

Conocer los nutrientes, sus funciones y su utilización metabólica.
Conocer las bases del equilibrio energético y nutricional y su regulación.
Evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en situación de salud en cualquier etapa del ciclo vital.
Conocer, detectar precozmente y evaluar las desviaciones cuantitativas y cualitativas, del balance energético y nutricional.

TEMARIO DETALLADO DE LA ASIGNATURA

Programa teórico

Tema 1. Nutrición. Objetivos. Situación actual y perspectivas. Concepto de alimento y nutriente. Legislación alimentaria española. Papel del Graduado en N y D como profesional de la Nutrición
Tema 2. Requerimientos energéticos del organismo humano. Metabolismo basal Factores determinantes del gasto energético. Valor calórico de los alimentos.
Tema 3. Clasificación de los nutrientes. Función de los nutrientes en el organismo. Recomendaciones nutricionales. Raciones dietéticas recomendadas. Ingestas dietéticas de referencia. Tablas de composición de los alimentos.
Tema 4. Utilización y destino de los nutrientes.
Tema 5. Órganos y tejidos implicados en la nutrición.
Tema 6. Hidratos de Carbono. Clasificación nutricional, Funciones. Utilización. Fuentes de interés nutricional y recomendaciones dietéticas.
Tema 7. Fibra Alimentaria. Clasificación nutricional. Funciones. Fuentes de interés nutricional y recomendaciones dietéticas.
Tema 8. Lípidos Clasificación nutricional, Funciones. Utilización. Fuentes de interés nutricional, AGE y recomendaciones dietéticas.
Tema 9. Proteínas Clasificación nutricional. Funciones. Utilización. Fuentes de interés nutricional y recomendaciones dietéticas.
Tema 10. Integración del metabolismo de los tres nutrientes, principales órganos y hormonas implicados.
Tema 11. Vitaminas hidrosolubles Clasificación nutricional. Funciones. Utilización. Fuentes de interés nutricional y recomendaciones dietéticas.
Tema 12. Vitaminas. Liposolubles Clasificación nutricional. Funciones. Utilización. Fuentes de interés nutricional y recomendaciones dietéticas.
Tema 13. Minerales. Clasificación. Macro y microminerales. Funciones. Utilización. Fuentes de interés nutricional y recomendaciones dietéticas.
Tema 14. Agua. Fluidos corporales, balance electrolítico y acido-base. Importancia nutricional del agua.



Código de verificación: 8oeQ5fnXc0Bixmu49hYKn5CKCJ3NmbA . Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://sede.ugr.es/verifirma/pfinicio.jsp>

FECHA Y HORA

05/10/2014 19:01:02

PÁGINA

2 / 7

FIRMADO POR

CERT. EXPEDIDO

CERT. CADUCIDAD

24874345Y MANUEL OLALLA HERRERA

2012-03-13 mar
10:15:18 +0100

2015-03-13 vie 10:15:18
+0100



Necesidades y Fuentes.

Seminarios

Educación Nutricional.

Importancia de la Nutrición en la prevención de la enfermedad.

Vitaminas, minerales y compuestos bioactivos de los alimentos: Temas preparados y expuestos por el alumno.

Otros seminarios propuestos por los alumnos.

Prácticas de Laboratorio

Práctica

1- Calculo Metabolismo Basal.

2- Calculo del Gasto Energético.

3- Uso de las tablas de composición de alimentos Preparación de platos.

4- Casos Prácticos. Desarrollo y Discusión.

BIBLIOGRAFÍA

BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL:

- **Astiasaran I, Laceras B, Ariño A, Martínez A (2003)**. Alimentos y nutrición en la práctica sanitaria. Díaz de Santos. Madrid.
- **Cameron ME, Van Staveren WA (1988)** Manual on Methodology for food consumption studies, Oxford Medical Publications
- **Cervera P, Clapés J, Rigolfas R (2004)**. Alimentación y dietoterapia (Nutrición aplicada en la salud y la enfermedad). 4ª edición, Ed. Interamericana McGraw-Hill. México.
- **CESNID (2008)**. Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España. Ed McGraw-Hill, Madrid.
- **Frayn KN (1998)**. Regulación del metabolismo, Una perspectiva humana Ed. Omega
- **Gil A (2010)**. Tratado de Nutrición (4 tomos). Ed. Panamericana. Madrid.
- **Groff JL, Gropper SS, Hunt SM (1995)** .Advanced Nutrition and Human Metabolism
- **Linder, M.C. (1992)**. "Nutrición. Aspectos Bioquímicos, Metabólicos y Clínicos". Ediciones Universidad de Navarra (Eunsa), Pamplona, España.
- **Mahan L.D. and Escott-Stump, S. (2009)**. "Nutrición y Dietoterapia de Krause". (12ª Edición). McGraw-Hill Interamericana, Ed. Elsevier, SL Barcelona.
- **Martínez, J.A. (2000)**. "Fundamentos Teórico-Prácticos de Nutrición y Dietética", McGraw-Hill. Madrid, España.
- **Mataix Verdu J (2009)**. Nutrición y alimentación humana (2 tomos). Ed. Ergen. 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, Garcia-Jalon I (2004)**. Nutrición aplicada y dietoterapia, 2ª ed. Ed. Eunsa. Pamplona.
- **Novartis**. Tablas de composición de los alimentos. (Ultima ed. 5ª). Siempre disponible en fotocopiadora.
- **Requejo A, Ortega Rm (2000)**. Nutriguia. Manual de Nutrición clínica en atención primaria. Ed. Complutense. Madrid.
- **Salas-Salvado J, Bonada A, Trallero R, Saló Me, Burgos R (2008)**. Nutrición y Dietética Clínica. 2ª ed. Ed. Masson. Barcelona.
- **SENC (2004)**. Guías de la alimentación saludable. Edita Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. Madrid.
- **Serra Majen L, Aranceta J (2006)**. Nutrición y salud pública: métodos, bases científicas y aplicaciones, 2ª ed. Ed. Masson, Madrid
- **Shils Me, Olson Ja, Shike M (2002)**. Nutrición en Salud y Enfermedad. 9ª ed. (2 tomos). McGraw-Hill. México.



ugr | Universidad
de Granada

Página 3

INFORMACIÓN SOBRE TITULACIONES DE LA UGR
<http://grados.ugr.es>

Código de verificación: 8oeQ5fnXc0Bixmu49hYKn5CKCJ3NmbA . Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://sede.ugr.es/verifirma/pfinicio.jsp>

FECHA Y HORA

05/10/2014 19:01:02

PÁGINA

3 / 7

FIRMADO POR

CERT. EXPEDIDO

CERT. CADUCIDAD

24874345Y MANUEL OLALLA HERRERA

2012-03-13 mar
10:15:18 +0100

2015-03-13 vie 10:15:18
+0100



8oeQ5fnXc0Bixmu49hYKn5CKCJ3NmbA

- Shils ME, Olson JA, Shike M, Ross C. (1999) Nutrición en Salud y Enfermedad. Ed. Mc Graw Hill.
 - Willet, W. (1993). Nutritional epidemiology Oxford University Press
- BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA:
 Son recomendables todas las correspondientes a Organismos oficiales y profesionales.
<http://www.uned.es/pea-nutricion-y-dietetica>.

ENLACES RECOMENDADOS

ENLACES RECOMENDADOS

- ▶ Ingestas dietéticas de referencia (DRIs): <http://www.nal.usda.gov/fnic/etext/000105.html>
- ▶ Organización de Naciones Unidas para la agricultura y alimentación. www.fao.org
- ▶ Agencia española de seguridad alimentaria y nutrición: www.aesan.msc.es
- ▶ Federación española de sociedades de nutrición, alimentación y dietética.
<http://www.fesnad.org/>

METODOLOGÍA DOCENTE

	ACTIVIDAD FORMATIVA	COMPETENCIAS	ECTS	%	
Presenciales	Clases de teoría	CG 4-1 CG4-2 CE2 CE3 CE4	1,4	21%	40 %
	Clases prácticas	CE3 CE4	0,6	10%	
	Seminarios y/o exposición de trabajos	CE2 CE3 CE4	0,36	6%	
	Realización de exámenes	CG 4-1 CG4-2 CE2 CE3 CE4	0,04	2,6%	
No presenciales	Estudio de teoría	CG 4-1 CG4-2 CE2 CE3 CE4	2,4	44%	60 %
	Preparación y estudio de prácticas	CE3 CE4	1	5,33%	
	Preparación de trabajos	CE2 CE3 CE4	0,8	10,67%	



Código de verificación: 8oeQ5fnXc0Bixmu49hYKn5CKCJ3NmbA . Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://sede.ugr.es/verifirma/pfinicio.jsp>

FECHA Y HORA

05/10/2014 19:01:02

PÁGINA

4 / 7

FIRMADO POR

CERT. EXPEDIDO

CERT. CADUCIDAD

24874345Y MANUEL OLALLA HERRERA

2012-03-13 mar
10:15:18 +0100

2015-03-13 vie 10:15:18
+0100



PROGRAMA DE ACTIVIDADES

Primer 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	1	3									
Semana 2	2	3									
Semana 3	3	3									
Semana 4	4	3									
Semana 5	5, 6	3									
Semana 6	6	2									
Semana 7	6	3									
Semana 8	6, 8	1, 2									
Semana 9	8	3	15g1								
Semana 10	8	3	15g2								
Semana 11	8	1				1					
Semana 12	9, 10	3									
Semana 13	14	2		1							
Semana 14	11			2							
Semana 15	12			3							
Semana 16	13			3							
Total horas		35	15	9		1					

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



Código de verificación: 8oeQ5fnXc0Bixmu49hYKn5CKCJ3NmbA . Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://sede.ugr.es/verifirma/pfinicio.jsp>

FECHA Y HORA

05/10/2014 19:01:02

PÁGINA

5 / 7

FIRMADO POR

CERT. EXPEDIDO

CERT. CADUCIDAD

24874345Y MANUEL OLALLA HERRERA

2012-03-13 mar
10:15:18 +0100

2015-03-13 vie 10:15:18
+0100



La evaluación consistirá en:

- _ **Examen teórico:** Basado en preguntas sobre los contenidos del programa.
- _ **Examen práctico:** Examen de ejercicios practicos y/o ejercicios entregados de problemas realizados en casa.
- _ **Valoración del trabajo autónomo.**

Criterios de evaluación y calificación

La calificación de la asignatura se obtendrá considerando:

- o Examen teórico 70% de la nota final.
- o Prácticas de Nutrición 20 %.
- o Trabajo autónomo del alumno 10 % (max. 5% por trabajo realizado y max. 5% por exposición). “

• Evaluación de los conocimientos teóricos consistirá en:

_ **La realización de un 1º control eliminatorio** a partir de 6,5 que se realizará en diciembre y cuya fecha se indica en La Guia de la Facultad. Para eliminar el control o cualquier examen los conocimientos deben ser uniformes sobre los temas evaluados. El 2º control coincidirá con el examen final de febrero, cuya fecha se indica también en La Guia. Si el alumno ha eliminado el 1º control solo tendrá que realizar el examen final correspondiente al 2º control; si no eliminó el 1º el examen final de febrero será de los 2 controles, 1º y 2º.

• Los controles y el examen final podrán ser bien tipo test, preguntas cortas o preguntas de largo desarrollo. Ninguno de los controles aprobados se guardará para la siguiente convocatoria.

Trabajo autónomo.

_ Es necesario realizar el trabajo autónomo al igual que las practicas para aprobar la asignatura.

Asistencia a las clases presenciales

_ La asistencia mínima para poder presentarse a cada control es de un 60 %.
_ Si no se alcanza esta asistencia el alumno únicamente puede presentarse al examen final de febrero.

Evaluación de los conocimientos y habilidades prácticas de la asignatura

• Se dividirá en las dos partes que esta contempla (supondrá un 20% de la calificación final otorgada) :



Código de verificación: 8oeQ5fnXc0Bixmu49hYKn5CKCJ3NmbA . Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://sede.ugr.es/verifirma/pfinicio.jsp>

FECHA Y HORA	05/10/2014 19:01:02	PÁGINA	6 / 7
FIRMADO POR	24874345Y MANUEL OLALLA HERRERA	CERT. EXPEDIDO	CERT. CADUCIDAD
		2012-03-13 mar 10:15:18 +0100	2015-03-13 vie 10:15:18 +0100



- Para la evaluación de las prácticas de Nutrición** se valorará:
 - La actitud manifestada por los alumnos durante el desarrollo de las mismas, así como su participación activa en la resolución de los ejercicios y el debate (20% de la calificación final de estas prácticas).
 - Examen y/o aprobación de un trabajo práctico de resolución de conceptos teóricos y prácticos (80% de la calificación final para estas prácticas).
 - Los alumnos que no aprueben las prácticas en la fecha de su convocatoria, el 18 o el 25 de noviembre, según hayan sido convocados, podrán recuperarlas en septiembre.**
 - Es imprescindible superar las prácticas y realizar y exponer el trabajo autónomo para poder presentarse al examen teórico.**
- En resumen: La superación de cualquiera de las pruebas no se logrará sin un conocimiento uniforme y equilibrado de toda la materia.**

MECANISMOS DE CONTROL Y SEGUIMIENTO:

- Los mecanismos generales de control y seguimiento que servirán para la evaluación de la eficiencia del sistema de enseñanza–aprendizaje empleado por el profesor serán: :
 - Asistencia a clase.
 - Cuestiones planteadas por los alumnos en el desarrollo de las clases.
 - Resolución de problemas y participación activa en las clases teóricas y prácticas.
 - Exposición, debate y elaboración de trabajo autónomo.
 - Entrega de los informes y problemas correspondientes a las prácticas de la asignatura.
 - Examen de prácticas y/o presentación de un trabajo.
 - Exámenes control 1º, 2º y, en su caso, final de los conocimientos teóricos de la asignatura.
- Adicionalmente para comprobar el seguimiento de la asignatura por los alumnos, se considerará:

La tutoría individualizada según el horario de tutorías de atención al alumno, que figura en la pag. Web del Departamento de Nutrición y Bromatología desde principio de curso, y que se llevará a cabo en el despacho que el profesor tiene en dicho Departamento.



ugr

Universidad
de Granada

Página 7

INFORMACIÓN SOBRE TITULACIONES DE LA UGR
<http://grados.ugr.es>

Código de verificación: 8oeQ5fnXc0Bixmu49hYKn5CKCJ3NmbA . Permite la verificación de la integridad de una copia de este documento electrónico en la dirección: <https://sede.ugr.es/verifirma/pfinicio.jsp>

FECHA Y HORA	05/10/2014 19:01:02	PÁGINA	7 / 7
FIRMADO POR		CERT. EXPEDIDO	CERT. CADUCIDAD
24874345Y MANUEL OLALLA HERRERA		2012-03-13 mar 10:15:18 +0100	2015-03-13 vie 10:15:18 +0100



8oeQ5fnXc0Bixmu49hYKn5CKCJ3NmbA