

MÓDULO	MATERIA	CURSO	SEMESTRE	CRÉDITOS	TIPO
Ciencias de la Nutrición y la Salud	Principios de Dietética	4º	1º	6	Obligatoria
PROFESORES <sup>(1)</sup>			DIRECCIÓN COMPLETA DE CONTACTO PARA TUTORÍAS		
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ María Dolores Ruiz López</li> <li>▪ Belén García-Villanova Ruiz</li> </ul>			Dpto. Nutrición y Bromatología, 3ª planta. Despacho nº 313 y 315. Facultad de Farmacia. 18071 Correo electrónico: mdruiz@ugr.es y belenv@ugr.es		
			HORARIO DE TUTORÍAS Y/O ENLACE A LA PÁGINA WEB DONDE PUEDAN CONSULTARSE LOS HORARIOS DE TUTORÍAS <sup>(1)</sup>		
			Lunes, Miércoles y Viernes de 9,30 a 11,30 horas (María Dolores Ruiz y Belén García- Villanova Ruiz)		
GRADO EN EL QUE SE IMPARTE			OTROS GRADOS A LOS QUE SE PODRÍA OFERTAR		
Grado en Nutrición Humana y Dietética Doble grado en NHD y CTA			Ciencia y Tecnología de los alimentos, Farmacia		
PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES (si procede)					
Se recomienda haber cursado las siguientes asignaturas: Bioquímica Metabólica, Fisiología Celular y Humana, Fisiología Humana, Fundamentos de Bromatología, Ampliación de Bromatología, Nutrición I y Nutrición II.					
BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (SEGÚN MEMORIA DE VERIFICACIÓN DEL GRADO)					
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto de dietética.</li> <li>• Valor nutricional de los alimentos.</li> </ul>					

<sup>1</sup> Consulte posible actualización en Acceso Identificado > Aplicaciones > Ordenación Docente  
 (∞) Esta guía docente debe ser cumplimentada siguiendo la "Normativa de Evaluación y de Calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada" ([http://secretariageneral.ugr.es/pages/normativa/fichasugr/ngc7121/!](http://secretariageneral.ugr.es/pages/normativa/fichasugr/ngc7121/))



- Grupo de alimentos.
- Tabla de composición de los alimentos.
- Bases de datos nutricionales.
- Etiquetado de los alimentos.
- Declaraciones saludables y nutricionales de los alimentos
- Los objetivos nutricionales y las guías alimentarias en la planificación de dietas equilibradas.
- Métodos de medida del consumo de alimentos.
- Aplicación de software a la evaluación de dietas

#### COMPETENCIAS GENERALES Y ESPECÍFICAS

- CG1 - 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 culturas
- CG2 - Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo
- CG3 - 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
- CG4 - Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando, cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional
- CG6 - Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios
- CG13 - Integrar y evaluar la relación entre la alimentación y la nutrición en estado de salud y en situaciones patológicas
- CE14 - Interpretar y manejar las bases de datos y tablas de composición de alimentos
- CE28 - Identificar las bases de una alimentación saludable (suficiente, equilibrada, variada y adaptada)
- CE29 - Participar en el diseño de estudios de dieta total
- CE43 - Manejar las herramientas básicas en TICs utilizadas en el campo de la Alimentación, Nutrición y la Dietética

#### 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 (2 horas)
- Tema 2. **Tabla de composición de los alimentos (TCA).** Análisis de las TCA más utilizadas. Aplicaciones de las mismas a la evaluación de dietas (3 horas)
- Tema 3. **Bases de datos nutricionales (BDN).** Análisis, usos y limitaciones. Principales BDN. Modo de utilización. Aplicaciones (3 horas)
- Tema 4. **Etiquetado de los alimentos.** Información alimentaria obligatoria y voluntaria (3 horas)
- Tema 5. **Declaraciones de propiedades nutritivas y saludables de los alimentos** (3 horas)
- Tema 6. **Guías alimentarias.** Directrices generales para su desarrollo. Características. Principales guías alimentarias (2 horas)



UNIVERSIDAD  
DE GRANADA

Página 2

INFORMACIÓN SOBRE TITULACIONES DE LA UGR  
grados.ugr.es

Firmado por: MARINA VILLALON MIR Secretario/a de Departamento

Sello de tiempo: 07/06/2019 11:23:04 Página: 2 / 4



nC3a8vAmniPRoxTl0RfOA35CKCJ3NmbA

La integridad de este documento se puede verificar en la dirección <https://sede.ugr.es/verifirma/pfinicio.jsp> introduciendo el código de verificación que aparece debajo del código de barras.

Tema 7. **Valoración de la calidad nutricional de alimentos y platos preparados** (6 horas)  
 Tema 8. **Dieta equilibrada y saludable.** Concepto. Los objetivos nutricionales y las guías alimentarias en la planificación de dietas saludables (2 horas)  
 Tema 9. **Planificación y diseño de dietas.** Proceso para la realización de la dieta individualizada: Aspectos prácticos o normas para la Planificación y diseño de dietas. Estructura básica de un menú. Criterios de valoración nutricional de una dieta (6 horas)  
 Tema 10. **Alimentos funcionales.** Concepto y aplicaciones en el diseño de dietas (1 hora)  
 Tema 11. **Ingredientes, alimentos o nutrientes con declaraciones saludables:** Utilización en dietas para reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares, para la regulación gastrointestinal y en el estrés oxidativo (4 horas).  
 Tema 12. **Mejora de la composición de alimentos y bebidas, relativo a energía, azúcares añadidos, sal, ácidos grasos saturados ácidos grasos trans.** Presencia de estos compuestos en los alimentos procesados. Efecto beneficioso en la salud de la reformulación de alimentos (5 horas).

#### SEMINARIOS

- Estudios comparativos de las tablas de composición de alimentos y bases de datos nutricionales
- 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.

#### Programa práctico: 15 h

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. **Aprendizaje y manejo de programas informáticos para la valoración nutricional de dietas.**
4. **Valoración de la calidad nutricional de alimentos y platos**
5. **Planificación dietética de un menú.** Definición de la estructura básica de un menú. Selección de alimentos.
6. **Diseño de una dieta saludable**
7. **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

- **CESNID** (2008). Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España. Ed McGraw-Hill, Madrid.
- **GIL A.** (2017). Tratado de Nutrición (Tomos III y IV). Ed. Panamericana. Madrid.
- **Gil A. MARTÍNEZ DE VICTORIA MUÑOZ E, Ruiz-López MD. (2019).** Nutrición y Salud. Conceptos esenciales. Ed Panamericana.
- **MAHAN L K. Y ARLIN M.** (2017) Krauser. Dietoterapia 14ª ed. Elsevier Masson. Barcelona.
- **MARTINEZ HERNÁNDEZ A, PORTILLO BAQUEDANO MP.** (2011). Fundamentos teórico-prácticos de Nutrición y Dietética. Ed. Panamericana. Madrid.
- **MOREIRAS O, CARVAJAL A, CABRERA L, CUADRADO C.** (2018) Tablas de composición de alimentos: Guía de prácticas. Ed. Piramides. Madrid
- **OLVEIRA FUSTER, G.** (2016). Manual de Nutrición Clínica y Dietética. Ed Días de Santos. Madrid.
- **SALAS-SALVADO J, BONADA A, TRALLERO R, SALÓ ME, BURGOS R.** (2019). Nutrición y Dietética Clínica. 4ª Ed. Elsevier Masson, Madrid.

#### ENLACES RECOMENDADOS

- <http://www.nutricioncomunitaria.org> (Sociedad española de Nutrición Comunitaria)
- <http://www.sennutricion.org> (Sociedad Española de Nutrición)
- <http://www.seedo.es> (Sociedad Española para estudiar la Obesidad)
- <http://www.aecosan.es> (Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición)
- <http://codinan.org> (Colegio profesional de Dietistas-Nutricionistas de Andalucía)
- <http://fen.org.es> (Fundación Española de Nutrición)
- <http://finut.org> (Fundación Iberoamericana de Nutrición)



UNIVERSIDAD  
DE GRANADA

Página 3

INFORMACIÓN SOBRE TITULACIONES DE LA UGR  
[grados.ugr.es](http://grados.ugr.es)

Firmado por: MARINA VILLALON MIR Secretario/a de Departamento

Sello de tiempo: 07/06/2019 11:23:04 Página: 3 / 4



nC3a8vAmniPRoxTl0RfOA35CKCJ3NmbA

La integridad de este documento se puede verificar en la dirección <https://sede.ugr.es/verifirma/pfinicio.jsp> introduciendo el código de verificación que aparece debajo del código de barras.

## METODOLOGÍA DOCENTE

primer cuatrimestre	Temas del temario	Actividades presenciales					Actividades no presenciales		
		Sesiones teóricas (horas)	Sesiones prácticas (horas)	Exposiciones y seminarios (horas)	Tutorías colectivas (horas)	Exámenes (horas)	Tutorías individuales (horas)	Estudio y trabajo individual del alumno (horas)	Trabajo en grupo (horas)
Total horas	10	37	15	6	5	2	5	65	15

- Sesiones teóricas
- Resolución de problemas y estudio de casos prácticos.
- Prácticas de laboratorio
- Seminarios

## EVALUACIÓN

### 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. Los alumnos que no superen el examen práctico podrán realizar un único examen de recuperación antes del examen teórico final. Es necesario tener aprobadas las prácticas para poder presentarse al examen final. 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

Atendiendo a la normativa de "Evaluación y calificación de los estudiantes" de la Universidad de Granada se realizará también una evaluación única final cuya solicitud se dirigirá al Director del departamento en las 2 semanas posteriores a partir de la fecha de la matriculación del alumno en la asignatura alegando y acreditando las razones que le asisten para no poder seguir el sistema de evaluación continua.

Constará de una parte teórica (75% de la calificación final) y una parte práctica (25% de la calificación final).

Para superar la asignatura el alumno deberá haber aprobado ambas partes.

El examen teórico incluirá preguntas de desarrollo y/o cortas del temario recogido en la guía docente de la asignatura.

El examen práctico constará de una parte práctica de resolución de cuestiones o problemas y aspectos teóricos relacionados con las prácticas.

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



UNIVERSIDAD  
DE GRANADA

Página 4

INFORMACIÓN SOBRE TITULACIONES DE LA UGR  
grados.ugr.es

Firmado por: MARINA VILLALON MIR Secretario/a de Departamento

Sello de tiempo: 07/06/2019 11:23:04 Página: 4 / 4



nC3a8vAmniPRoxTl0RfOA35CKCJ3NmbA

La integridad de este documento se puede verificar en la dirección <https://sede.ugr.es/verifirma/pfinicio.jsp> introduciendo el código de verificación que aparece debajo del código de barras.