

**GUÍA DOCENTE DE “DIETÉTICA Y NUTRICIÓN”**  
**CURSO 2010-2011**  
**FICHA DE ASIGNATURA**

**DATOS BÁSICOS DE LA ASIGNATURA**

**NOMBRE:** DIETÉTICA Y NUTRICIÓN

**CÓDIGO:** 1031122

**AÑO DEL PLAN DE ESTUDIO:** 2001

**TIPO** (troncal/obligatoria/optativa) : troncal

**Créditos totales (LRU / ECTS):** 12

**Créditos LRU/ECTS teóricos:** 9

**Créditos LRU/ECTS prácticos:** 3

**CURSO:** segundo

**CUATRIMESTRE:** Anual

**CICLO:** 2º

**DATOS BÁSICOS DE LOS PROFESORES**

**NOMBRE:** REYES ARTACHO MARTÍN-LAGOS  
 MARIA DOLORES RUIZ LÓPEZ

**CENTRO/DEPARTAMENTO:** FACULTAD DE FARMACIA

**ÁREA:** NUTRICIÓN Y BROMATOLOGÍA

**Nº DESPACHO:**

**E-MAIL**

[artacho@ugr.es](mailto:artacho@ugr.es)  
[mdruiz@ugr.es](mailto:mdruiz@ugr.es)

**TF:**

958243865  
 958243869

**URL WEB:** <http://www.ugr.es/nutricion>

**DATOS ESPECÍFICOS DE LA ASIGNATURA**

**1. DESCRIPTOR SEGÚN BOE**

Nutrición humana, estado nutricional de individuos y colectividades. Nutrición en distintos estados fisiológicos. Evaluación nutricional.

**2. SITUACIÓN**

**2.1. PRERREQUISITOS:** conocimientos de Bioquímica, Fisiología y Bromatología

**2.2. CONTEXTO DENTRO DE LA TITULACIÓN:** esta asignatura se enmarca en el segundo año de la titulación. Trata de abordar todos los conocimientos relativos a la nutrición humana y dietética

**2.3. RECOMENDACIONES:**

Haber cursado la asignaturas de Bioquímica, Fisiología celular y humana, Bromatología y Química y Bioquímica de los alimentos

**3. COMPETENCIAS**

**3.1. COMPETENCIAS TRANSVERSALES/GENÉRICAS:**

**COMPETENCIAS INSTRUMENTALES**

- Habilidades cognitivas
  - ↳ Capacidad de análisis y síntesis
  - ↳ Conocimientos generales básicos
- Capacidad metodológica
  - ↳ Resolución de problemas
  - ↳ Toma de decisiones

Código de verificación: NgqkU7cfknifP4FAAXUoYX5CKCJ3NmbA . 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

15/10/2014 22:57:35

PÁGINA

1 / 6

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



NgqkU7cfknifP4FAAXUoYX5CKCJ3NmbA

- Destrezas tecnológicas
  - Habilidades básicas de informático
  - Habilidades de gestión de la información
- Destrezas lingüísticas
  - Comunicación oral y escrita en lengua española

**COMPETENCIAS PERSONALES**

- Capacidades individuales
  - Razonamiento crítico y autocrítica
- Destrezas sociales
  - Trabajo en equipo interdisciplinar

**COMPETENCIAS SISTÉMICAS**

- Capacidad emprendedora
  - Capacidad para generar nuevas ideas (creatividad)
  - Iniciativa y espíritu emprendedor
- Capacidad de organización
  - Preocupación por la calidad
  - Habilidades para trabajar de forma autónoma
  - Adaptación a nuevas situaciones
- Competencias de logro
  - Capacidad de aplicar los conocimientos en la práctica
  - Capacidad de aprender
  - Capacidad para adaptarse a nuevas situaciones
  - Capacidad de comunicación oral de los conocimientos adquiridos
  - Sensibilidad a temas medioambientales

**3.2. COMPETENCIAS ESPECÍFICAS:**

- **Cognitivas (Saber):**
    - Conocer las necesidades energéticas y de nutrientes de un individuo sano.
    - Conocer las principales funciones de los nutrientes y otros componentes de los alimentos en el organismo.
    - Establecer las bases de la alimentación saludable
    - Conocer los métodos de valoración del estado nutricional
  - **Procedimentales/Instrumentales (Saber hacer):**
    - Saber utilizar las tablas de recomendaciones nutricionales, guías de alimentación y objetivos nutricionales para la evaluación de una dieta.
    - Saber planificar dietas para individuos y colectividades
    - Elaborar e interpretar una historia dietética. Interpretar una historia clínica
- Identificar los factores que influyen en el estado nutricional.
- Evaluar el estado nutricional individual y en colectividades
  - Diseñar e interpretar encuestas alimentarias
  - Planificar, implantar y evaluar dietas terapéuticas

**5. METODOLOGÍA**

La metodología se basará en estrategias propias de una enseñanza activa y autónoma, centrada en la figura del alumno como elemento clave del sistema de formación y con una participación del profesor como dinamizador y facilitador del proceso de aprendizaje.

Para el desarrollo del temario teórico se utilizarán principalmente las clases presenciales, según el modelo de lección magistral y técnicas de trabajo autónomo, en función de los contenidos específicos del temario.

Código de verificación: NgqkU7cfknifP4FAAXUoYX5CKCJ3NmbA . 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	15/10/2014 22:57:35	PÁGINA	2 / 6
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	



NgqkU7cfknifP4FAAXUoYX5CKCJ3NmbA

Las técnicas de trabajo autónomo se basan en la preparación previa de un tema por parte del alumno, utilizando bibliografía específica (libros de texto o trabajos de investigación publicados en revistas especializadas) bajo la supervisión del profesor. Los temas elaborados por los alumnos se expondrán y discutirán en seminarios, en los que el profesor adoptará el papel de coordinador y moderador.

Para el desarrollo del temario práctico el alumno elaborará un informe en el que explique y justifique los resultados obtenidos.

#### 6. TÉCNICAS DOCENTES

Sesiones académicas teóricas X	Exposición y debate: X	Tutorías especializadas: X
Sesiones académicas prácticas X	Visitas y excursiones:	Controles de lecturas obligatorias: X
Otros (especificar):		

#### 7. BLOQUES TEMÁTICOS

##### PROGRAMA TEÓRICO

Tema 1.- Alimentación, nutrición y dietética. Conceptos y relaciones. Evolución histórica.

Tema 2.- Alimento y nutriente. Concepto y clasificación según sus contenidos mayoritarios y sus funciones prioritarias.

Tema 3 - La digestión.

Tema 4.- Requerimientos nutricionales del ser humano. Recomendaciones y necesidades. Objetivos nutricionales y guías de la alimentación. Alimentación actual.

Tema 5.- Tema 5.- Energía. Necesidades energéticas del organismo humano. Medida del gasto energético mínimo y total y factores que le afectan. Contenido energético de los alimentos. Tablas de composición de los alimentos.

Tema 6.-Nutrición de las proteínas: Amino ácidos esenciales. Evaluación de la calidad. Requerimientos nutricionales. Fuentes dietéticas más importantes. Metabolismo de las proteínas.

Tema 7.- Nutrición de los hidratos de carbono: Papel de los hidratos de carbono en la alimentación humana. Tipos de hidratos de carbono. Fibra dietética y sus funciones. Fuentes dietéticas más importantes. Metabolismo de los hidratos de carbono.

Tema 8.- Nutrición de los lípidos: Importancia de los lípidos en la nutrición. Tipos, funciones y fuentes más importantes. Lipoproteínas y ácidos grasos esenciales. Requerimientos y recomendaciones. Metabolismo de los lípidos.

Tema 9.-Vitaminas: importancia fisiológica. Funciones generales. Vitamina C: Funciones, fuentes dietéticas, requerimientos y deficiencias nutricionales.

Tema 10.-Vitaminas del grupo B: Funciones, fuentes dietéticas, requerimientos y deficiencias

Código de verificación: NgqkU7cfknifP4FAAXUoYX5CKCJ3NmbA . 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	15/10/2014 22:57:35	PÁGINA	3 / 6
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	



NgqkU7cfknifP4FAAXUoYX5CKCJ3NmbA

nutricionales.

Tema 11.-Vitaminas liposolubles: Funciones, fuentes dietéticas, requerimientos y deficiencias nutricionales.

Tema 12.-Minerales: Calcio y fósforo. Funciones y metabolismo. Fuentes dietéticas. Requerimientos y recomendaciones.

Tema 13.- Hierro y magnesio. Funciones y metabolismo. Fuentes dietéticas. Requerimientos y recomendaciones.

Tema 14.- Otros elementos traza. Funciones y metabolismo. Fuentes dietéticas. Requerimiento y recomendaciones.

Tema 15.- Agua corporal y balance hidroelectrolítico

Tema 16.- Composición corporal. Métodos para estimar la composición corporal: potasio corporal, agua corporal, nitrógeno corporal, densitometría, conductividad eléctrica, bioimpedancia bioeléctrica.

Tema 17.- Valoración del estado nutricional de individuos y colectividades: Objetivos e importancia de estos estudios. Sistema de valoración.

Tema 18.- Valoración del estado nutricional: pruebas bioquímicas y hematológicas.

Tema 19.- Valoraciones antropométricas. Ventajas y limitaciones. Índices antropométricos en estudios nutricionales.

Tema 20.- Estimación del consumo de alimentos. Encuestas alimentarias. Tipos y métodos.

Tema 21.-Estimación de energía y nutrientes a partir de datos de consumo alimentario. Principales fuentes de error.

Tema 22.- Nutrición en el embarazo y lactancia. Bases nutricionales de las recomendaciones dietéticas.

Tema 23.- Nutrición del lactante. Lactancia materna y artificial. Pautas dietéticas Curvas de crecimiento. Requerimientos nutricionales.

Tema 24.- Nutrición en la infancia y adolescencia.

Tema 25.- Nutrición del anciano. Bases nutricionales de las recomendaciones dietéticas.

Tema 26- Malnutrición: definición y tipos. Enfermedades por déficit o sobrecarga de algunos nutrientes.

Tema 27.- Obesidad: definición. Etiología, prevalencia del sobrepeso y de la obesidad. La obesidad como factor de riesgo de otras patologías.

Tema 28.- Nutrición comunitaria. Bases para una política alimentaria.

Código de verificación: NgqkU7cfknifP4FAAXUoYX5CKCJ3NmbA . 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	15/10/2014 22:57:35	PÁGINA	4 / 6
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	



NgqkU7cfknifP4FAAXUoYX5CKCJ3NmbA

**PROGRAMA PRÁCTICO**

- Manejo de las tablas de composición de alimentos.
- Diseño, planificación y evaluación de dietas para individuos y colectividades
- Aplicación de paquetes informáticos a la evaluación de una dieta.
- Valoración del estado nutricional mediante medidas antropométricas.

**8. BIBLIOGRAFÍA****8.1 GENERAL**

- Bellido Guerrero D, de Luís Román DA (2006). Manual de nutrición y metabolismo. Ed. Díaz de Santos, Madrid.
- Cervera P, Caples J, Rigolfas R (2004). Alimentación y dietoterapia. Ed. Interamericana McGraw-Hill, Madrid.
- CESNID (2008). Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España. Ed McGraw-Hill, Madrid.
- Gibney MJ, Kok Frans J, Voster Hester H (2005). Introducción a la nutrición humana. Ed. Acribia, Madrid.
- Gil A. (2010). Tratado de nutrición clínica (4 tomos). Ed. Panamericana .Madrid.
- Mahan LK, Escott-Stump S (2009). Nutrición y dietoterapia de Krauser, 12ª ed. Ed. Interamericana McGraw-Hill, Madrid.
- Martínez JA (2004). Fundamentos teórico-prácticos de nutrición y dietética. Ed. Interamericana McGraw-Hill, Madrid.
- Mataix J. (2009). Nutrición y alimentación humana (2 tomos). Ed. Ergon, Madrid.
- Requejo A, Ortega RM (2000). Nutriguía. Manual de nutrición clínica en atención primaria. Ed. Complutense, Madrid.
- Salas-Salvadó J, Bonada A, Trallero R, Saló ME (2000). Nutrición y dietética clínica. 1ª ed. Ed. Masson, Barcelona.
- Serra Majem LL, Aranceta Bartrina J (2006). Nutrición y salud pública. 2ª ed. Ed. Masson, Barcelona.
- Shils ME, Olson JA, Shike M (2002). Nutrición en salud y enfermedad. 9ª ed. (2 tomos). McGraw-Hill. Madrid.
- Soriano del Castillo JM (2006). Nutrición básica humana. Ed. Universidad de Valencia.
- Vázquez C, de Cos AI, López Momdedeu C (2005). Alimentación y nutrición. Manual Teórico-Práctico 2ª ed. Díaz de Santos, Madrid.

Código de verificación: NgqkU7cfknifP4FAAXUoYX5CKCJ3NmbA . 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	15/10/2014 22:57:35	PÁGINA	5 / 6
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	



NgqkU7cfknifP4FAAXUoYX5CKCJ3NmbA

**8.2 ESPECÍFICA (páginas web)**

- Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición : <http://www.aesan.msc.es>
- Sociedad Española de Nutrición: <http://www.sennutricion.org/>
- Sociedad Española de Nutrición Básica y Adaptada: <http://www.senba.es/>
- Sociedad Española de Nutrición Parenteral y Enteral: <http://www.senpe.com/>
- Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación <http://www.nutricion.org/>
- Sociedad Española de Nutrición Comunitaria <http://www.nutricioncomunitaria.com/>
- Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética  
<http://www.fesnad.org/>

**9. EVALUACIÓN***Criterios de evaluación*

- 3 Exámenes parciales eliminatorios con un 7
- Examen final para el que no haya aprobado por curso
- Examen de prácticas imprescindibles tenerlas realizadas y aprobadas para examinarse de teoría
- Trabajos en grupo no obligatorios que contribuye a la valoración global

Valoración final : 80 % programa teórico y 20 % programa práctico

Código de verificación: NgqkU7cfknifP4FAAXUoYX5CKCJ3NmbA . 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	15/10/2014 22:57:35	PÁGINA	6 / 6
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	



NgqkU7cfknifP4FAAXUoYX5CKCJ3NmbA