

Plan 470 GRADO EN NUTRICIÓN HUMANA Y DIETÉTICA

Asignatura 45816 DIETÉTICA

Grupo 1

Tipo de asignatura (básica, obligatoria u optativa)

Obligatoria

Créditos ECTS

6 ECTS

Competencias que contribuye a desarrollar

Generales

CG.1.1. 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.

CG.1.3. 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.1.4. Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando cuándo es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional.

CG.2.1. Realizar la comunicación de manera efectiva, tanto de forma oral como escrita, con las personas, los profesionales de la salud o la industria y los medios de comunicación, sabiendo utilizar las tecnologías de la información y la comunicación especialmente las relacionadas con Nutrición y hábitos de vida.

CG.2.2. Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con Nutrición, Alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios.

CG.2.3. Tener la capacidad de elaborar informes y cumplimentar registros relativos a la intervención profesional del Dietista-Nutricionista.

CG.3.3. Elaborar, interpretar y manejar las tablas y bases de datos de composición de alimentos.

CG.4.3. Aplicar los conocimientos científicos de la Fisiología, Fisiopatología, la Nutrición y Alimentación a la planificación y consejo dietético en individuos y colectividades, a lo largo del ciclo vital, tanto en sujetos sanos como enfermos.

CG.4.5. Interpretar el diagnóstico nutricional, evaluar los aspectos nutricionales de una historia clínica y realizar el plan de actuación dietética.

CG.4.7. Intervenir en la organización, gestión e implementación de las distintas modalidades de alimentación y soporte nutricional hospitalario y del tratamiento dietético-nutricional ambulatorio.

CG.7.2. Elaborar, controlar y cooperar en la planificación de menús y dietas adaptados a las características del colectivo al que van destinados.

CG.8.1. Adquirir la formación básica para la actividad investigadora, siendo capaces de formular hipótesis, recoger e interpretar la información para la resolución de problemas siguiendo el método científico, y comprendiendo la importancia y las limitaciones del pensamiento científico en materia sanitaria y nutricional.

Específicas

CE4.1. Aplicar las Ciencias de los Alimentos y de la Nutrición a la práctica dietética.

CE4.5. Identificar las bases de una alimentación saludable (suficiente, equilibrada, variada y adaptada).

CE4.6. Participar en el diseño de estudios de dieta total.

CE4.11. Elaborar e interpretar una historia dietética en sujetos sanos y enfermos.

CE4.13. Comprender y utilizar la terminología empleada en ciencias de la salud.

CE4.21. Planificar y llevar a cabo programas de educación dietético-nutricional en sujetos sanos y enfermos.

CE4.23. Manejar las herramientas básicas en TICs utilizadas en el campo de la Alimentación, Nutrición y la Dietética.

CE4.26. Ser capaz de fundamentar los principios científicos que sustentan la intervención del dietista- nutricionista, supeditando su actuación profesional a la evidencia científica.

CE4.D.1. Identificar y evaluar distintos patrones de consumo alimentario.

CE4.D.2. Manejar y utilizar los distintos suplementos y productos dietéticos.

CE4.D.3. Planificar, implantar y evaluar dietas modificadas en energía, nutrientes, textura y consistencia para sujetos

Objetivos/Resultados de aprendizaje

- Establecer los principios básicos de la dietética.
- Aplicar las recomendaciones nutricionales y las guías alimentarias (a nivel nacional e internacional).
- Comprender las bases de la dieta saludable, con especial atención al patrón de dieta mediterránea.
- Conocer distintos modelos y patrones de consumo alimentario.
- Reconocer formas alternativas de alimentación.
- Contrastar la evolución del consumo alimentario en España.
- Formular planes de alimentación a nivel individual y colectivo, en situación de salud.
- Conocer la composición química de los distintos suplementos y productos dietéticos, valorar su aplicación y utilizarlos convenientemente.
- Establecer los principios básicos de la dietoterapia.
- Elaborar protocolos de dietas y adaptarlos y aplicarlos en función de la edad, sexo, actividad, y condicionantes socioculturales y ambientales.
- Identificar los patrones alimentarios de las minorías étnicas más numerosas en España.
- Planificar dietas modificadas en energía, nutrientes, textura y consistencia.
- Manejar las herramientas básicas útiles en la práctica dietética: recomendaciones nutricionales, guías alimentarias, tablas de composición de alimentos, sistemas de planificación de dietas, encuestas alimentarias y programas informáticos.
- Evaluar la dieta en el contexto de la valoración global del estado nutricional de individuos sanos.
- Elaborar plantillas y calendarios de menús.
- Establecer pautas alimentarias y consejos nutricionales para individuos y colectividades.

Contenidos

TEORÍA

1. Modelos y patrones de consumo alimentario. 1.1. Objetivos. 1.2. Tendencias y evolución. 1.3. Patrones de consumo alimentario. 1.4. Estudios a nivel internacional, nacional y autonómico. 1.5. Principales errores de la alimentación habitual de la población. 1.6. Bibliografía y lecturas recomendadas.
2. Planificación dietética. 2.1. Objetivos. 2.2. Cálculo de dietas. 2.3. Planificación de menús: plantillas. Distribución de comidas. 2.4. Equilibrio y variedad. Menús tradicionales y nuevos. 2.5. Dieta por ¿raciones o menús? 2.6. Dietas por equivalencias. 2.7. Modelos de dietas por intercambios. 2.8. Bibliografía y lecturas recomendadas.
3. Dieta, técnica culinaria y Gastronomía. 3.1. Objetivos. 3.2. Conceptos: Gastronomía, procesos culinarios y Tecnología Culinaria. 3.3. Principales técnicas de cocción. 3.4. Modificaciones en los alimentos (nutricionales, sensoriales y organolépticas) inducidas por los procesos culinarios. Consideraciones en la planificación dietética. 3.5. Bibliografía y lecturas recomendadas.
4. Dieta equilibrada y saludable. 4.1. Objetivos. 4.2. Concepto de dieta equilibrada y saludable. Modelo para el adulto sano. 4.3. Aplicación de los objetivos nutricionales y usos de las guías dietéticas. 4.4. Aporte energético y equilibrio nutricional. Estimación en alimentos de las necesidades y recomendaciones nutricionales. 4.5. La dieta mediterránea como "patrón de dieta saludable". 4.6. Bibliografía y lecturas recomendadas.
5. Dieta y alimentación colectiva. 5.1. Objetivos. 5.2. Conceptos generales. 5.3. Características de la alimentación colectiva. 5.4. Tipos de restauración. 5.5. Consideraciones en la planificación dietética. Factores tecnológicos que influyen en la planificación y aceptación de los menús. 5.6. Nuevas tendencias en alimentación colectiva. La alimentación saludable a domicilio. 5.7. Bibliografía y lecturas recomendadas.
6. Nuevos alimentos, suplementos y productos dietéticos. 6.1. Objetivos. 6.2. Factores responsables de la evolución del patrón alimentario en los países desarrollados. 6.3. Alimentos enriquecidos y fortificados. 6.4. Alimentos funcionales. 6.5. Alimentos transgénicos. 6.6. Nutraceuticos. 6.7. Complementos alimenticios. 6.8. Suplementos y dietéticos especiales. 6.9. Alimentos ecológicos o biológicos. 6.10. Alegaciones nutricionales y de salud. 6.11. Perfiles nutricionales. 6.12. Etiquetado. 6.13. Bibliografía y lecturas recomendadas.
7. Dieta y "Alimentación multicultural". 7.1. Objetivos. 7.2. Diversidad cultural, inmigración y alimentación. 7.3. Características de los patrones alimentarios de los principales grupos de inmigrantes en nuestro país. 7.4. Alimentación, dieta, cultura y religión. 7.5. Planificación dietética en función de diferentes culturas y creencias. 7.6. Bibliografía y lecturas recomendadas.
8. Dieta y formas alternativas de alimentación. 8.1. Objetivos. 8.2. El vegetarianismo. Clasificación de las dietas vegetarianas. Características. Posibles riesgos y beneficios. Nutrientes a considerar. 8.3. Dietas macrobióticas. 8.4. Dietas mágicas o populares. 8.5. Productos milagro. 8.6. Bibliografía y lecturas recomendadas.
9. Dieta y enfermedad. 9.1. Objetivos. 9.2. Introducción a las dietas terapéuticas. 9.3. Dietas con textura modificada. 9.4. Dietas controladas en energía. 9.5. Dietas controladas en carbohidratos. 9.6. Dietas controladas en fibra. 9.7. Dietas controladas en proteínas. 9.8. Dietas controladas en grasas. 9.9. Dietas controladas en minerales. 9.10 Alimentación hospitalaria. El código de dietas. Programación, diseño y pautas de unificación. 9.11. Bibliografía y lecturas recomendadas.

PRÁCTICAS

Práctica 1: La Alimentación de los Españoles (Panel de Consumo del MAPA).

Práctica 2. Planificación dietética por intercambios manualmente.

Planificación dietética por intercambios. Calibración de menús. Programa informático Easy Diet.

Práctica 3. Taller de nuevos alimentos, etiquetado y alegaciones

- Análisis de la información que aporta el etiquetado de diversos alimentos del mercado. Valoración de su adecuación a la normativa vigente.

- Evaluación de las alegaciones que incorporan diversos alimentos funcionales disponibles en el mercado. Valoración de su adecuación a la normativa vigente.

Práctica 4. Formas alternativas de alimentación

- Adaptación de un menú semanal a diferentes culturas alimentarias y/o formas alternativas de alimentación.

Práctica 5: Adaptaciones de la dieta basal.

Principios Metodológicos/Métodos Docentes

Actividad introductoria; Presentación.

Lección Magistral.

Trabajo en grupo.

Seminarios. Laboratorios. Prácticas de aula.

Planteamiento y resolución de problemas, casos y supuestos prácticos.

Prácticas TICs.

Criterios y sistemas de evaluación

Evaluación inicial-Diagnóstico.

Técnicas basadas en la observación.

Participación en clase.

Participación en prácticas/seminarios.

Valoración del cuaderno de prácticas/seminarios.

Prueba escrita: supuestos prácticos y resolución de casos y problemas.

INSTRUMENTO/PROCEDIMIENTO

PESO EN LA NOTA FINAL

OBSERVACIONES

- Técnicas de observación.

- Participación en las clases magistrales y, sobre todo, en las prácticas.

- Valoración de cuadernos, memorias de prácticas y seminarios.

30%

- Evaluación continua a lo largo del curso.

- Es necesaria la entrega de los cuadernos de prácticas para poder evaluar la parte práctica.

Prueba escrita: supuestos prácticos y resolución de casos y problemas.

70%

Examen final.

*La asistencia a prácticas de aula, laboratorio y seminarios y la realización de cuadernos y memorias de prácticas y seminarios es obligatoria. No se admitirá una memoria de una práctica a la que no se haya acudido.

La nota de prácticas se guarda un curso.

Es necesario aprobar tanto la prueba escrita como las prácticas para poder hacer la media de las dos calificaciones.

Recursos de aprendizaje y apoyo tutorial

Horario de tutorías:

Lunes y Miércoles, de 10:30 a 13:30 horas

Calendario y horario

TEORÍA

Tema 1: lunes 5 de febrero de 15:00 a 17:00 horas.

Tema 2: lunes 5 de febrero, de 17:00 a 18:00 h; miércoles 7 de febrero, de 15:00 h a 16:00 h.

Tema 3: miércoles 7 de febrero, de 16:00 a 17:00 h, y lunes 19 de febrero, de 15:00 a 17:00.

Tema 4: lunes 26 de febrero, de 15:00 a 17:00 h.

Tema 5: lunes 5 de marzo, de 15:00 a 18:00 h.

Tema 6: lunes 12 de marzo, de 15:00 a 18:00 horas.

Tema 7: lunes 2 de abril, de 15:00 a 17:00 horas.

Tema 8: lunes 9 de abril, de 15:00 a 17:00 horas.

Tema 9: lunes 16 de abril, de 15:00 a 18:00 horas y lunes 7 de mayo, de 15:00 a 17:00 horas.

PRÁCTICAS

Práctica 1: lunes 12 de febrero, de 15:00 a 18:00 horas.

Práctica 2: jueves 8 de febrero, de 10:00 a 13:00 h; lunes 12, martes 13 y miércoles 14 de febrero, de 09:30 a 13:30 h; lunes 26 de febrero de 17:00 a 20:00 h.

Práctica 3: lunes 19 de marzo, de 15:00 a 17:00 h.
Práctica 4: miércoles 2 de mayo, de 10:00 a 12:00 h.
Práctica 5: miércoles 9 de mayo, de 15:00 a 18:00 h.

Tabla de Dedicación del Estudiante a la Asignatura/Plan de Trabajo

ACTIVIDADES PRESENCIALES

HORAS

ACTIVIDADES NO PRESENCIALES

HORAS

Clases teórico-prácticas (T)

24

Estudio y trabajo autónomo individual

88

Clases prácticas de aula (A)

4

Estudio y trabajo autónomo grupal

10

Laboratorios (L)

24

Total presencial

52

Total no presencial

98

Responsable de la docencia (recomendable que se incluya información de contacto y breve CV en el que aparezcan sus líneas de investigación y alguna publicación relevante)

Profesor responsable: Beatriz de Mateo Silleras (bdemateo@ped.uva.es)

Profesor/es que imparten la asignatura:

Laura Carreño Enciso (lauracarreno@yahoo.es)

Sandra de la Cruz Marcos (sandracruzmarcos@yahoo.es)

Área de Nutrición y Bromatología

Departamento de Pediatría, Inmunología, Obstetricia-Ginecología, Nutrición-Bromatología, Psiquiatría e Historia de la Ciencia

Tel.: 983 185 249

Idioma en que se imparte

Español.