

**Guía/Proyecto docente de la asignatura**

Asignatura	Dietética		
Materia	Alimentación, Nutrición y Salud		
Módulo	Ciencias de la Nutrición, la Dietética y la Salud		
Titulación	Grado en Nutrición Humana y Dietética		
Plan	Plan 2010	Código	45816
Periodo de impartición	Cuarto semestre	Tipo/Carácter	Obligatorio
Nivel/Ciclo	Grado	Curso	Segundo
Créditos ECTS	6		
Lengua en que se imparte	Castellano		
Profesor/es responsable/s	Sandra de la Cruz Marcos		
Profesor/es que imparten la asignatura	Laura Carreño Enciso Sandra de la Cruz Marcos		
Datos de contacto (E-mail, teléfono...)	laura.carreno@uva.es sandra.cruz@uva.es		
Horario de tutorías	Lunes y miércoles, de 10:30 a 13:30 horas		
Departamento	Pediatría, Inmunología, Obstetricia-Ginecología, Nutrición-Bromatología, Psiquiatría e Historia de la Ciencia		



1. Situación / Sentido de la Asignatura

1.1 Contextualización

Una vez establecidas las bases biológicas, psicológicas, socio-culturales, los fundamentos de la alimentación y la nutrición y los de la técnica dietética, se aborda en profundidad distintos aspectos relacionados con la alimentación y la dietética.

1.2 Relación con otras materias

Fundamentos de Alimentación y Nutrición
Bromatología
Técnica Dietética
Equilibrio Energético y Valoración del Estado Nutricional

1.3 Prerrequisitos

Los de acceso al Grado en Nutrición Humana y Dietética



2. Competencias

2.1 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.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.

2.2 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, adaptada, sostenible).

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

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.D1. Identificar y evaluar distintos patrones de consumo alimentario.

CE4.D2. Manejar y utilizar los distintos suplementos y productos dietéticos.

CE4.D3. Planificar, implantar y evaluar dietas modificadas en energía, nutrientes, textura y consistencia para sujetos y/o grupos.

3. Objetivos

- Establecer los principios básicos de la dietética.
- 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.
- Conocer distintos modelos y patrones de consumo alimentario.
- Contrastar la evolución del consumo alimentario en España.
- Comprender las bases de la dieta saludable, con especial atención al patrón de dieta mediterránea.
- Elaborar plantillas y calendarios de menús.
- Identificar los patrones alimentarios de las minorías étnicas más numerosas en España.
- Reconocer formas alternativas de alimentación.
- Elaborar protocolos de dietas y adaptarlos y aplicarlos en función de la edad, sexo, actividad, y condicionantes socioculturales y ambientales.



4. Bloques temáticos¹

Bloque 1: Teoría: Planificación Dietética

Carga de trabajo en créditos ECTS: 1,04

a. Contextualización y justificación

Los grandes avances en las herramientas informáticas de las últimas décadas han favorecido el desarrollo de software específico para la planificación y calibración de dietas, tanto para individuos como para colectividades. Además, en la planificación dietética es necesario tener en cuenta los distintos factores que condicionan la alimentación (fisiológicos, culturales y sociales).

b. Objetivos de aprendizaje

- Conocer y seleccionar *software* específico para la programación y calibración de dietas.
- Planificar menús en base a raciones, intercambios, equivalentes y fichas de plato.
- Conocer las bases de la dieta equilibrada y saludable.
- Reconocer la dieta mediterránea como modelo de dieta saludable; describir las bases de la misma.
- Describir el patrón actual de consumo alimentario de los españoles y de otras culturas.
- Conocer los distintos estudios sobre tendencias en el consumo de alimentos.
- Identificar los principales errores alimentarios de la población.
- Estudiar la importancia de conocer los principios alimentarios culturales y religiosos y los patrones alimentarios de diferentes grupos poblacionales con objeto de realizar una mejor planificación dietética o tratamiento nutricional.
- Conocer el patrón dietético habitual y las principales creencias y prescripciones en materia de alimentación de las poblaciones inmigrantes más frecuentes en España: magrebíes, subsaharianos, pakistaníes, chinos, sudamericanos y europeos del este, así como del hinduismo y judaísmo.
- Realizar la planificación dietética más adecuada para cada una de las culturas estudiadas

c. Contenidos

1. Sistemas de apoyo a la planificación dietética. 1.1. Objetivos. 1.2. Sistemas de planificación dietética: usos, ventajas y limitaciones. 1.3. Programas informáticos para la confección de dietas: EasyDiet y Nutrium. 1.4. Aplicaciones informáticas para la planificación dietética y gestión de consulta. 1.5. Bibliografía y lecturas recomendadas.

2. Dieta equilibrada y saludable. 2.1. Objetivos. 2.2. Concepto de dieta equilibrada y saludable. Modelo para el adulto sano. 2.3. La dieta mediterránea. 2.4. Estudios alimentarios. 2.5. Dieta mediterránea y salud. 2.6. Índices de adherencia a la dieta mediterránea. 2.7. Alimentación sostenible. 2.8. Bibliografía y lecturas recomendadas.

3. Modelos y patrones de consumo alimentario. 3.1. Objetivos. 3.2. Tendencias y evolución. 3.3. Patrones de consumo alimentario. 3.4. Estudios a nivel internacional, nacional y autonómico. 3.5. Principales errores de la alimentación habitual de la población. 3.6. Bibliografía y lecturas recomendadas.

4. Dieta y “Alimentación multicultural”. 4.1. Objetivos. 4.2. Diversidad cultural, inmigración y alimentación. 4.3. Características de los patrones alimentarios de los principales grupos de inmigrantes en nuestro país. 4.4. Alimentación, dieta, cultura y

religión. 4.5. Planificación dietética en función de diferentes culturas y creencias. 4.6. Bibliografía y lecturas recomendadas.

d. Métodos docentes

Exposición y presentación de contenidos en clases magistrales, con apoyo de distintos recursos y materiales (textos, artículos de revistas especializadas, direcciones de páginas web, píldoras de conocimiento...).

Metodologías activas en el aula: aplicaciones informáticas y gamificación.

e. Plan de trabajo

Tema 1: 3 horas

Tema 2: 2 horas.

Tema 3: 2 horas.

Tema 4: 2 horas.

f. Evaluación

Participación en clase.

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

Puntuación obtenida en el uso de aplicaciones informáticas para la gamificación de la docencia.

g. Bibliografía

- Carbajal Azcona Á. Dietética: diseño y planificación de dietas. En: Á. Gil Hernández, ed. Tratado de Nutrición, Tomo IV: Nutrición Humana en el Estado de Salud, 3ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana, 2017; pp: 591-617.
- Cervera P, Clapés J, Rigolfas R. Alimentación saludable y del adulto. En: Alimentación y Dietoterapia, 4ª ed. Barcelona: McGraw Hill Interamericana; 2004; pp: 119-139.
- Cervera P, Clapés J, Rigolfas R. Alimentación colectiva. En: Alimentación y Dietoterapia, 4ª ed. Barcelona: McGraw Hill Interamericana; 2004; pp: 232-237.
- Cervera P, Clapés J, Rigolfas R. Realización de una dieta. En: Alimentación y Dietoterapia, 4ª ed. Barcelona: McGraw Hill Interamericana; 2004; pp: 280-283.
- Gómez Espinosa MA, González-Álvaro G, Vázquez Martínez C, Fernández García F. Modelos de menús para colectividades. En: C. Vázquez, A.I. de Cos, C. López-Nomdedeu, eds. Alimentación y Nutrición. Manual teórico-práctico, 2ª ed. Madrid: Díaz de Santos; 2005; pp: 405-431.
- Koning Garlito MA, del Olmo García D. Consejos generales para el diseño de una dieta. En: C. Vázquez, A.I. de Cos, C. López-Nomdedeu, eds. Alimentación y Nutrición. Manual teórico-práctico, 2ª ed. Madrid: Díaz de Santos; 2005; pp: 387-390.
- Martínez-Sanz JM, Marques I, Sospedra I, Menal S, Norte A. Manual práctico para la elaboración de dietas y menús. Alicante: Publicacions Universitat d'Alacant; 2019.
- Russolillo G y Marques I. Sistema de Intercambios para la Confección de Dietas y Planificación de Menús. Madrid: Imagen Comunicación Multimedia; 2008.
- Thompson JL, Manore MM y Vaughan LA. Diseño de una dieta sana. En: J.L. Thompson, M.M. Manore, L.A. Vaughan, eds. Nutrición. Madrid: Addison-Wesley Iberoamericana; 2008; 42-87.
- Vázquez Martínez C, Garriga García M, Ruperto López M, Alcaraz Cebrián R, Martín González E. Modelos de dietas por intercambios. En: C. Vázquez, A.I. de Cos, C. López-Nomdedeu, eds. Alimentación y Nutrición. Manual teórico-práctico, 2ª ed. Madrid: Díaz de Santos; 2005; pp: 391-403.

- Wardlan GM. La base de una alimentación saludable. En: G.M. Wardlan, ed. Perspectivas sobre nutrición. Badalona: Paidotribo; 2008; pp: 35-80.

h. Recursos necesarios

Pizarra, ordenador, proyector.
Internet.
Campus virtual.
Programas y aplicaciones informáticas.

i. Temporalización

CARGA ECTS Presencial	PERIODO PREVISTO DE DESARROLLO
0,36 ECTS T	Segundo cuatrimestre: semanas 1 a 4

Bloque 1: Prácticas: Planificación Dietética

Carga de trabajo en créditos ECTS: 1,04

a. Contextualización y justificación

Una correcta planificación dietética requiere el adecuado uso de todas las herramientas que la ciencia y la tecnología ponen a disposición de los estudiantes. Además de planificar según los objetivos y guías nutricionales se debe atender a las necesidades específicas de los individuos, adaptando los menús a los distintos patrones socio-culturales y religiosos.

b. Objetivos de aprendizaje

- Manejar las herramientas básicas y *softwares* específicos útiles en la práctica dietética: recomendaciones nutricionales, guías alimentarias, tablas de composición de alimentos y programas de planificación y calibración de dietas (por menús, por intercambios).
- Aplicar las bases de la alimentación saludable, con especial atención al patrón de dieta mediterránea.
- Analizar la dieta, desde el punto de vista cualitativo y cuantitativo.
- Aplicar los conocimientos teóricos adquiridos a los estudios gubernamentales realizados en la población española.
- Analizar el patrón de consumo de la población española.
- Valorar distintos patrones alimentarios en función de las costumbres y normas socio-culturales del medio en que se consumen.
- Modificar un menú semanal tipo de acuerdo a las características alimentarias de diferentes culturas.

c. Contenidos

Práctica 1. Planificación dietética por distintos sistemas de planificación atendiendo a diversidad socio-cultural y religiosa.

- Práctica 1.1. Calibración y corrección de menús por el método de gramajes con el uso del *software* EasyDiet.
- Práctica 1.2. Planificación dietética por diversos métodos de planificación atendiendo a las características socio-culturales y religiosas de los distintos casos planteados.

d. Métodos docentes

Prácticas de laboratorio y prácticas TICs.
Trabajo en grupo.
Planteamiento y resolución de problemas, casos y supuestos prácticos.
Sesiones de exposición y debate.

e. Plan de trabajo

Práctica 1:

Práctica 1.1: 6 horas.

Práctica 1.2: 3 horas.

f. Evaluación

Participación en las prácticas y debates.
Valoración de los trabajos de prácticas.

g. Bibliografía

- Aranceta Bartrina J, et al. Grupo Colaborativo de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC). Guías alimentarias para la población española (SENC, 2016); la nueva pirámide de la alimentación saludable. Nutr Hosp. 2016; 33 (supo. 8): 1-45.
- Carbajal A, Sánchez-Muñiz FJ. Pesos de medidas caseras y raciones habituales de consumo. En: M.T. García Arias, M.C. García Fernández, eds. Nutrición y Dietética. León: Secretariado de Publicaciones y Medios Audiovisuales, Universidad de León, 2003.
- Dietary Reference Intakes (DRIs): Recommended Dietary Allowances and Adequate Intakes, Vitamins. Food and Nutrition Board, Institute of Medicine, National Academies (2014).
- Federación Española de Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD). Ingestas Dietéticas de Referencia (IDR) para la Población española (Consenso FESNAD 2010).
- Fundación Española de la Nutrición (FEN). Valoración de la dieta española de acuerdo al Panel de Consumo Alimentario. Madrid: Ministerio de Medio Ambiente y Medio Rural y Marino; 2008.
- Fundación Española de la Nutrición (FEN). Evaluación de patrones de consumo alimentario y factores relacionados en grupos de población emergentes: inmigrantes. Madrid: Ministerio de Medio Ambiente y Medio Rural y Marino; 2009.
- Mataix Verdú J. Tabla de Composición de Alimentos, 5ª ed. Granada: Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos, Universidad de Granada; 2009.
- Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación; Dirección General de Industrias Agroalimentaria y Alimentación. La Alimentación en España. Madrid: Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación; 2007.
- Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Documentos sobre el consumo alimentario. <https://www.mapa.gob.es/es/alimentacion>
- Moreiras O, Carbajal A, Cabrera L, Cuadrado C. Tablas de ingestas recomendadas para la población española. En: Tablas de Composición de Alimentos. Guía de prácticas, 19ª ed. Madrid: Pirámide; 2018; pp: 247-257.
- Moreiras O, Carbajal A, Cabrera L, Cuadrado C. Medidas caseras y raciones habituales de consumo. En: Tablas de Composición de Alimentos. Guía de prácticas, 19ª ed. Madrid: Pirámide; 2018; pp: 401-412.

- Moreiras O, Carbajal A, Cabrera L, Cuadrado C. Tablas de Composición de Alimentos, 19ª ed. Madrid: Pirámide; 2018.
- Ortega Anta RM, López Sobaler AM, Requejo Marcos AM y Carvajales PA. La composición de los alimentos. Madrid: Complutense; 2004.
- Palma I, Farran A y Cantós D (CESNID). Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España. Barcelona: McGraw-Hill Interamericana; 2008.
- RDA'S. 1º ed. española de la 10º ed original de RDA's. Ed. Consulta. Barcelona. 1991.
- Russolillo G y Marques I. Sistema de Intercambios para la Confección de Dietas y Planificación de Menús. Madrid: Imagen Comunicación Multimedia; 2008.
- Russolillo G y Marques I. Álbum Fotográfico de Porciones de Alimentos. Madrid: Imagen Comunicación Multimedia; 2008.
- Salvador i Castells G. Tablas de Medidas Caseras de Alimentos. En: J. Salas-Salvador, A. Bonada i Sanjaume, R. Trallero Casañas, M.E. Saló i Solà, R. Burgos Peláez, eds. Nutrición y Dietética Clínica, 4ª edición. Barcelona: Elsevier, 2019; pp: 699-707.
- Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. Objetivos nutricionales población española. En: Consenso de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria 2011. Rev Esp Nutr Comunitaria 2011; 17(4):178-99.
- Vázquez Martínez C, de Cos Blanco AI, López-Nomdedeu C y Grupo CAENPE. Tablas de raciones estándar de alimentos. En: C. Vázquez, A.I. de Cos, C. López-Nomdedeu, eds. Alimentación y Nutrición. Manual teórico-práctico, 2ª ed. Madrid: Díaz de Santos; 2005; 349-354.

h. Recursos necesarios

Protocolo de prácticas.
Campus virtual.
Pizarra, ordenador, proyector.
Calculadora.
Conexión a Internet.
Ordenador y *Software* específico de análisis de dietas.

i. Temporalización

CARGA ECTS Presencial		PERIODO PREVISTO DE DESARROLLO
Clases prácticas	0,36 ECTS L	Segundo cuatrimestre:
Práctica 1.1	0,24 ECTS L	Semanas 2 y 5
Práctica 1.2	0,12 ECTS L	Semana 7

Bloque 2: Teoría: Formas alternativas de alimentación

Carga de trabajo en créditos ECTS: 1,73

a. Contextualización y justificación

La planificación dietética también debe contemplar diferentes formas de alimentación basada en patrones alimentarios alternativos como el vegetarianismo. Así mismo, es fundamental conocer las bases de otros patrones dietéticos alternativos, de suma relevancia por su tendencia actual.

b. Objetivos de aprendizaje

- Conocer los principios de vegetarianismo y de la alimentación macrobiótica.
- Conocer los principios de patrones dietéticos alternativos como ayuno intermitente, cronodieta, etc. y sus peculiaridades para planificar una alimentación saludable de acuerdo a las características de dichos patrones.
- Valorar la adecuación nutricional y los beneficios y riesgos para la salud de distintas formas alternativas de alimentación.
- Introducir brevemente el concepto de dietas mágicas y productos milagro, su clasificación, fundamentos y dietas más conocidas.
- Conocer las bases para realizar y planificar una alimentación más sostenible con el medio ambiente.
- Conocer las bases de la alimentación personalizada.

c. Contenidos

5. Vegetarianismo. 5.1. Objetivos. 5.2. El vegetarianismo. 5.3. Clasificación de las dietas vegetarianas. Características. 5.4. Posibles riesgos y beneficios. 5.5. Nutrientes a considerar en la planificación vegetariana. 5.6. Nuevos alimentos de interés para población vegetariana. 5.7 Bibliografía y lecturas recomendadas.

6. Dietas mágicas. 6.1. Objetivos. 6.2. Definición de dieta mágica. 6.3. Clasificación y tipos. 6.4. Hipocalóricas desequilibradas. 6.5. Disociativas. 6.6. Excluyentes. 6.7. Psicológicas. 6.8. Otras (monodietas, dietas sin fundamento). 6.9. Productos milagro. 6.10. Bibliografía y lecturas recomendadas.

7. Nuevas tendencias en alimentación. 7.1. Objetivos. 7.2. Patrones dietéticos alternativos de tendencia en la actualidad. 7.3. Ayuno intermitente. 7.4. Cronodieta. 7.5. Dieta cetogénica. 7.6. Consideraciones en la planificación dietética de patrones alternativos. 7.7. Bibliografía y lecturas recomendadas.

8. Sostenibilidad y consumo responsable. 8.1. Objetivos. 8.2. Impacto ambiental de la producción alimentaria: ganadería y cultivos agrícolas. 8.3. Impacto ambiental del consumo de alimentos: logística, almacenamiento, envasado. 8.4. Desperdicio alimentario y técnicas de aprovechamiento alimentario. 8.5. Dieta saludable y sostenible: estacionalidad. 8.6. Bibliografía y lecturas recomendadas.

9. Alimentación personalizada. 9.1. Objetivos. 9.2. Conceptos básicos: genómica nutricional, nutrigenética, nutrigenómica y nutriepigenética. 9.3 Bases de la alimentación personalizada. 9.4. Bibliografía y lecturas recomendadas.

d. Métodos docentes

Exposición y presentación de contenidos en clases magistrales, con apoyo de distintos recursos y materiales (textos, artículos de revistas especializadas, direcciones de páginas web, píldoras de conocimiento...).

Metodologías activas en el aula: aplicaciones informáticas y gamificación

e. Plan de trabajo

Tema 5: 3 horas

Tema 6: 4 horas

Tema 7: 3 horas

Tema 8: 2 horas

Tema 9: 3 horas.

f. Evaluación

Participación en clase.

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

g. Bibliografía

- Basulto J, Manera M, Baladia E, Miserachs M, Rodríguez VM, Mielgo-Ayuso J, et al. Grupo de Revisión, Estudio y Posicionamiento de la Asociación Española de Dietistas-Nutricionistas (GREP-AEDN). ¿Cómo identificar un producto, un método o una dieta “milagro”? 2012 [Monografía en Internet]. Disponible en: http://fedn.es/docs/grep/docs/dietas_milagro.pdf
- Basulto J, Cáceres J. Más vegetales, menos animales: una dieta más sana y sostenible, 8ª ed. Madrid: Editorial DeBolsillo; 2016.
- Cervera P, Clapés J, Rigolfas R. Alimentaciones no tradicionales. En: Alimentación y Dietoterapia, 4ª ed. Barcelona: McGraw Hill Interamericana; 2004; pp: 178-184.
- Dinu M, Abbate R, Gensini GF, Casini A, Sofi F. Vegetarian, vegan diets and multiple health outcomes: A systematic review with meta-analysis of observational studies, Crit Rev Food Sci Nutr. 2017; 57(17): 3640-3649.
- FAO y OMS. 2020. Dietas saludables sostenibles. Principios rectores. Roma. <https://doi.org/10.4060/ca6640es>
<http://www.fao.org/sustainability/background/es>
- Gil Hernández Á., ed. Tratado de Nutrición, Tomo II: Bases Moleculares de la Nutrición, 3ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana, 2017.
- Haider LM, Schwingshackl L, Hoffmann G, Ekmekcioglu C. The effect of vegetarian diets on iron status in adults: A systematic review and meta-analysis, Crit Rev Food Sci Nutr. 2018; 58(8): 1359-1374.
- Pachón H, Flores-Ayala R. Alimentos fortificados. En: Á. Gil Hernández, ed. Tratado de Nutrición, Tomo III: Composición y calidad nutritiva de los alimentos, 3ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana, 2017; pp: 521-531.
- Puiggròs Llop C, Lorite R, Sarto B. Dieta vegetariana. En: J. Salas-Salvador, A. Bonada i Sanjaume, R. Trallero Casañas, M.E. Saló i Solà, R. Burgos Peláez, eds. Nutrición y Dietética Clínica, 4ª ed. Barcelona: Elsevier, 2019; pp: 543-554.
- Tur Marí JA, Gil Hernández Á. Complementos alimenticios. En: Á. Gil Hernández, ed. Tratado de Nutrición, Tomo III: Composición y calidad nutritiva de los alimentos, 3ª ed. Madrid: Editorial Médica Panamericana, 2017; pp: 497-519.
- Varela G, Núñez C, Moreiras O, Grande Covián F. Dietas Mágicas. Documento Técnico de Salud Pública N°42. Comunidad de Madrid. Conserjería de Sanidad y Servicios Sociales, 1999.
- <https://www.mapa.gob.es>

h. Recursos necesarios

Pizarra, ordenador, proyector.

Internet.

Campus virtual.

Aplicaciones informáticas.

i. Temporalización

CARGA ECTS Presencial	PERIODO PREVISTO DE DESARROLLO
0,6 ECTS T	Segundo cuatrimestre: semanas 6 a 16

Bloque 2: Prácticas: Formas alternativas de alimentación**Carga de trabajo en créditos ECTS: 1,04****a. Contextualización y justificación**

En la actualidad, cada vez es más común encontrarnos con pacientes que solicitan patrones dietéticos alternativos, por ello los dietistas-nutricionistas deben conocer qué características tiene este tipo de alimentación y saber adaptar los objetivos de una alimentación saludable a ellos.

b. Objetivos de aprendizaje

- Adaptar una alimentación equilibrada y saludable a distintos tipos de patrones dietéticos alternativos.
- Planificar dietas vegetarianas equilibradas, prestando atención a sus nutrientes limitantes.
- Conocer las principales dietas y productos mágicos, así como sus potenciales riesgos para la salud.
- Conocer la alimentación personalizada y sus principales utilidades para la planificación dietética.

c. Contenidos**Práctica 2. Patrones dietéticos alternativos y nuevas tendencias en alimentación.**

- **Práctica 2.1.** Análisis de distintas dietas mágicas: Dukan, Montignac, Atkins, dieta de la Clínica Mayo:
 - Cumplimentación de un informe sobre la dieta mágica: características, en qué se basa, ventajas, riesgos...
 - Controversias en nutrición: los alumnos debatirán en grupos, enfrentándose dos a dos: uno de los grupos tomará una postura a favor de una dieta mágica concreta, y el otro, en contra.
 - Exposición y debate entre los grupos.
- **Práctica 2.2.** Casos prácticos para planificación de dietas vegetarianas y sostenibles.
- **Práctica 2.3.** Casos prácticos para adaptación de patrones convencionales a patrones alternativos: ayuno intermitente, cronodieta y alimentación personalizada.

d. Métodos docentes

Prácticas de laboratorio, prácticas TICs y prácticas de aula.
Trabajo en grupo.
Planteamiento y resolución de problemas, casos y supuestos prácticos.
Sesiones de exposición y debate.

e. Plan de trabajo

Práctica 2: 9 horas.

f. Evaluación

Participación en las prácticas y debates.
Valoración de los trabajos de prácticas.

g. Bibliografía

La misma que para la teoría.

h. Recursos necesarios

Protocolo de prácticas.
Campus virtual.
Pizarra, ordenador, proyector.
Ordenador y *Software* específico de análisis de dietas.

i. Temporalización

CARGA ECTS Presencial		PERIODO PREVISTO DE DESARROLLO
Clases prácticas	0,2 ECTS L y 0,16 ECTA A	Segundo cuatrimestre:
Práctica 2.1	0,12 ECTS L	Semana 11
Práctica 2.2	0,08 ECTS L	Semana 12
Práctica 2.3	0,16 ECTS A	Semana 12

Bloque 3: Prácticas: Introducción a la planificación dietética avanzada**Carga de créditos ECTS: 1,15****a. Contextualización y justificación**

Manejar e integrar todos los conocimientos aprendidos para ser capaz de adaptar una alimentación equilibrada y saludable dirigida a población general sana a diversas situaciones particulares.

b. Objetivos de aprendizaje

- Iniciar al alumno en la planificación dietética personalizada.

c. Contenidos

- **Práctica 3.** Casos prácticos para la planificación dietética personalizada, atendiendo a diversas particularidades: característica socio-culturales, religiosas, patrones dietéticos alternativos, sostenibilidad y alimentación personalizada.

d. Métodos docentes

Prácticas de aula.
Trabajo en grupo.

Planteamiento y resolución de problemas, casos y supuestos prácticos.

e. Plan de trabajo

Práctica 3: 10 horas.

f. Evaluación

Participación en las prácticas y debates.

Valoración de los trabajos de prácticas.

g. Bibliografía

La misma que para la teoría.

h. Recursos necesarios

Protocolo de prácticas.

Campus virtual.

Pizarra, ordenador, proyector.

Ordenador y *Software* específico de análisis de dietas.

i. Temporalización

CARGA ECTS Presencial		PERIODO PREVISTO DE DESARROLLO
Práctica 3	0,4 ECTS L	Segundo cuatrimestre: semana 13

5. Métodos docentes y principios metodológicos

- Actividad introductoria-Presentación: al comienzo del curso se explica a los alumnos los objetivos del curso, vinculando los contenidos formativos con su futuro desempeño profesional. De esta forma se pretende despertar la curiosidad e interés de los estudiantes, mejorar las condiciones de aprendizaje y ayudar al alumno a comprender mejor la utilidad de la materia, motivándole en sentido positivo.

- Lecciones magistrales. Antes de cada clase se colgarán en el campus virtual (plataforma Moodle) los materiales didácticos necesarios para cada tema (presentaciones de *power point*, material textual (artículos científicos, guías, consensos, etc.), píldoras del conocimiento y/o pequeños videos).

- Metodologías activas en el aula: se emplean técnicas y métodos docentes de naturaleza asociativa, como seminarios, prácticas de aula, prácticas de laboratorio (prácticas TICs), sesiones de resolución de casos, problemas y supuestos prácticos, sesiones de debates y trabajos en pequeños grupos. Muchas de estas actividades se realizan con apoyo de alguna de las posibilidades que ofrecen las tecnologías para el trabajo en red (juegos, debates, foros...). Del mismo modo que para las lecciones magistrales, todo el material didáctico necesario para el trabajo se facilitará previamente en el campus virtual.

- Se fomentará el trabajo autónomo para la adquisición de destrezas y habilidades. También se fomentará el trabajo en grupo.

6. Tabla de dedicación del estudiante a la asignatura

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 (34,7%)	52	Total no presencial	98

7. Sistema y características de la evaluación

7.1. Evaluación continua de Prácticas y Seminarios:

- Trabajos entregados y/o presentados de forma presencial: 30% de la nota final.

- P1: Planificación dietética: 40%
- P2: Formas alternativas de alimentación: 40%
- P3: Introducción a la práctica dietética avanzada: 20%

7.2. Prueba de evaluación final: 70% de la nota final.

- Examen de teoría: mediante preguntas cortas de redacción (50% de la nota final).

- Examen práctico: mediante casos prácticos similares a los realizados en las prácticas de la asignatura (50% de la nota final).

Es necesario aprobar la prueba de evaluación final para poder hacer la media con las prácticas.

7.3. Convocatoria extraordinaria.

7.3.1. Evaluación de prácticas y seminarios: 30% de la nota final. Se posibilitará la entrega de las prácticas y seminarios no entregados en tiempo y forma o la repetición de los que se hubieran suspendido. El resto de las notas, se guardará para esta convocatoria.

7.3.2. Prueba de evaluación final: 70% de la nota final. Se realizará una prueba similar a la de la convocatoria ordinaria (examen teórico: 50%, y examen práctico: 50%).

INSTRUMENTO/PROCEDIMIENTO	PESO EN LA NOTA FINAL	OBSERVACIONES
- Participación en las clases magistrales y, sobre todo, en las prácticas. - Valoración de cuadernos, memorias de prácticas y seminarios.	30%	- 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.



Es necesaria la asistencia a las sesiones prácticas y la entrega de los trabajos y ejercicios de prácticas para poder acceder a la prueba objetiva final de la asignatura.

Para aprobar la asignatura es necesario sacar, al menos, una puntuación igual a 5 sobre 10 tanto en la prueba objetiva escrita como en la nota correspondiente a las prácticas; esta condición es necesaria para poder ponderar la nota global con las calificaciones de las prácticas.

Las prácticas se guardan un año.

8. Consideraciones finales

CONOCIMIENTOS PREVIOS NECESARIOS

Es aconsejable que el alumno tenga conocimientos previos sobre Bromatología, Nutrición (nutrientes, necesidades y recomendaciones nutricionales) y Técnica Dietética.

