

Guía docente de la asignatura

Principios de Dietética

Fecha última actualización: 17/06/2021

Fecha de aprobación: 17/06/2021

Grado	Grado en Nutrición Humana y Dietética y Ciencia y Tecnología de los Alimentos	Rama	Ciencias
--------------	---	-------------	----------

Módulo	Ciencias de la Nutrición, la Dietética y la Salud	Materia	Dietética
---------------	---	----------------	-----------

Curso	4º	Semestre	1º	Créditos	6	Tipo	Obligatoria
--------------	----	-----------------	----	-----------------	---	-------------	-------------

PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES

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)

Concepto de dietética.
Valor nutricional de los alimentos.
Grupos 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 ASOCIADAS A MATERIA/ASIGNATURA**COMPETENCIAS GENERALES**

- CG01 - 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



- CG02 - Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo
- CG03 - 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
- CG04 - Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando, cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional
- CG06 - 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

COMPETENCIAS ESPECÍFICAS

- 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
- CE44 - Conocer los límites legales y éticos de la práctica dietética
- CE46 - Ser capaz de fundamentar los principios científicos que sustentan la intervención del dietista-nutricionista, supeditando su actuación profesional a la evidencia científica

COMPETENCIAS TRANSVERSALES

- CT02 - Capacidad de utilizar con desenvoltura las TICs

RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Objetivos)

- Saber 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.

PROGRAMA DE CONTENIDOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS

TEÓRICO

1. **Introducción.** Concepto de dietética. Objetivo. Perfil del Dietista-Nutricionista.
2. **Tabla de composición de los alimentos (TCA).** Análisis de las TCA más utilizadas. Aplicaciones de las mismas a la evaluación de dietas.
3. **Bases de datos nutricionales (BDN).** Análisis, usos y limitaciones. Principales BDN. Modo de utilización. Aplicaciones
4. **Etiquetado de los alimentos.** Información alimentaria obligatoria y



5. Declaraciones de propiedades nutritivas y saludables de los alimentos

6. **Guías alimentarias.** Directrices generales para su desarrollo. Características. Principales guías alimentarias.

7. Valoración de la calidad nutricional de alimentos y platos preparados

8. **Dieta equilibrada y saludable.** Concepto de dieta equilibrada, dieta óptima, dieta prudente. Criterios e índices de calidad de una dieta.

9. **Planificación y diseño de dietas** Proceso de atención nutricional para la realización de la dieta individualizada.

10. **Aspectos prácticos y normas para la planificación y diseño de dietas.** Herramientas, recursos y conocimientos necesarios para diseñar dietas. Estructura y planificación de un menú diario. Elaboración de dietas por gramaje.

11. **Alimentos funcionales.** Concepto y aplicaciones en el diseño de dietas. Declaraciones saludables relativas a prebióticos y probióticos.

12. **Componentes con estructura de carbohidratos o derivados con declaraciones saludables.** Utilización en dietas para reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares, para la regulación gastrointestinal, control de la glucemia y control de peso.

13. **Componentes con estructura lipídica con declaraciones saludables:** Utilización en dietas para reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

14. **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.

PRÁCTICO

1. Laboratorio de dietética. Pesos, volúmenes y raciones.

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.

Trabajo autónomo: (entrega a través de la plataforma PRADO)

1. Diseño y valoración de la dieta saludable de un cliente adulto (Dietas por gramaje)

2. 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

BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL

- 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.
- Martínez 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. Pirámides. Madrid
- Oliveira 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.

BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

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)
- <https://www.aesan.gob.es> (Agencia Española de 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)

METODOLOGÍA DOCENTE

- MD01 Lección magistral/expositiva.
- MD02 Seminarios y sesiones de discusión y debate.
- MD03 Resolución de problemas y estudio de casos prácticos.
- MD06 Prácticas en sala de informática.
- MD09 Realización de trabajos individuales.
- MD11 Tutorías.

EVALUACIÓN (instrumentos de evaluación, criterios de evaluación y porcentaje sobre la calificación final)

EVALUACIÓN ORDINARIA



Evaluación parcialmente continua

- 1. Evaluación de los conocimientos teóricos.** Se realizará un examen final presencial que computará el 65% de la calificación final. El examen teórico constará de preguntas cortas y/o preguntas de desarrollo sobre el contenido del temario teórico y lo tratado en seminarios.
- 2. Evaluación de seminarios y trabajos autónomos.** Son obligatorios y supone un 15% de la nota final.
- 3. 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 presencial que avale sus conocimientos.

Los alumnos que no superen el examen práctico podrán realizar un único examen de recuperación por convocatoria. 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 EXTRAORDINARIA

Con objeto de cumplir la vigente Normativa de evaluación y de calificación de los estudiantes de la UGR en su artículo 19 (posibilidad de obtener el 100% de la calificación final), se habilita un plazo entre la publicación de notas de la convocatoria ordinaria y la fecha de examen de la convocatoria extraordinaria, en la que el estudiante que así lo desee puede enviar a la Plataforma Prado nuevamente los contenidos descritos en el apartado 2 de la convocatoria ordinaria.

Se mantienen los apartado 1 y 3 descrito en la convocatoria ordinaria

EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

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 un examen presencial de la parte teórica (70% de la calificación final) y un examen presencial de la parte práctica (30% de la calificación final).
- El examen teórico presencial incluirá preguntas de desarrollo y/o cortas del temario recogido en la guía docente de la asignatura.
- El examen práctico presencial constará de una parte práctica de resolución de cuestiones o problemas y aspectos teóricos relacionados con las prácticas.

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

INFORMACIÓN ADICIONAL



Los estudiantes deben consultar la página Web del Departamento para la actualización de los datos relacionados con la docencia y especialmente los apartados de Horario de tutoría de los profesores, Procedimiento de petición de evaluación única final y otros apartados que el profesor indique, así como la plataforma de docencia PRADO 2. En relación con otros aspectos que pueden afectar al desarrollo y evaluación de la presente asignatura se remite al alumnado a la información que se ofrezca mediante avisos puntuales en la página web oficial del Departamento de Nutrición y Bromatología (<https://www.ugr.es/~nutricion/>), y especialmente a la documentación publicada en sus apartados de docencia e información del alumnado. Consúltese además la Normativa de evaluación y calificación de los estudiantes de la Universidad de Granada <http://secretariageneral.ugr.es/bougr/pages/bougr112/doc/examenes/>

INCLUSIÓN y DIVERSIDAD de la UGR

En el caso de estudiantes con discapacidad u otras necesidades específicas de apoyo educativo, el sistema de tutoría deberá adaptarse a sus necesidades, de acuerdo a las recomendaciones de la Unidad de Inclusión de la Universidad, procediendo los Departamentos y Centros a establecer las medidas adecuadas para que las tutorías se realicen en lugares accesibles. Asimismo, a petición del profesor, se podrá solicitar apoyo a la unidad competente de la Universidad cuando se trate de adaptaciones metodológicas especiales.

