

Fecha de aprobación: 21/06/2022

Guía docente de la asignatura

**Nutrición I (2111133)**

<b>Grado</b>	Grado en Nutrición Humana y Dietética y Ciencia y Tecnología de los Alimentos	<b>Rama</b>	Ciencias				
<b>Módulo</b>	Formación Básica	<b>Materia</b>	Nutrición				
<b>Curso</b>	3º	<b>Semestre</b>	1º	<b>Créditos</b>	6	<b>Tipo</b>	Troncal

**PRERREQUISITOS Y/O RECOMENDACIONES**

Tener cursadas las asignaturas Química, Bioquímica, Fisiología, Bromatología.

**BREVE DESCRIPCIÓN DE CONTENIDOS (Según memoria de verificación del Grado)**

Con esta disciplina el alumno abordará y conocerá contenidos importantes del campo de la Nutrición tales como:

Las necesidades nutricionales del organismo humano, su gasto energético, la relación entre alimento y nutriente, proceso de transformación y destino de los nutrientes. Los distintos Nutrientes, sus funciones, su utilización metabólica, su interés nutricional en el campo de la alimentación. Estudiará las bases del equilibrio energético y nutricional y su regulación. Tendrá capacidad para evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en situación de salud en cualquier etapa del ciclo vital.

**COMPETENCIAS ASOCIADAS A MATERIA/ASIGNATURA****COMPETENCIAS GENERALES**

- CG12 - Conocer los nutrientes, su función en el organismo, su biodisponibilidad, las necesidades y recomendaciones, y las bases del equilibrio energético y nutricional
- CG13 - Integrar y evaluar la relación entre la alimentación y la nutrición en estado de salud y en situaciones patológicas

**COMPETENCIAS ESPECÍFICAS**

- CE26 - Conocer los nutrientes, sus funciones y su utilización metabólica. Conocer las bases del equilibrio nutricional y su regulación



- CE27 - Evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en situación de salud y enfermedad en cualquier etapa del ciclo vital
- CE28 - Identificar las bases de una alimentación saludable (suficiente, equilibrada, variada y adaptada)
- CE30 - Conocer, detectar precozmente y evaluar las desviaciones por exceso o defecto, cuantitativas y cualitativas, del balance nutricional
- CE34 - Elaborar e interpretar una historia dietética en sujetos sanos y enfermos. Interpretar una historia clínica. Comprender y utilizar la terminología empleada en ciencias de la salud

### COMPETENCIAS TRANSVERSALES

- CT02 - Capacidad de utilizar con desenvoltura las TICs

### RESULTADOS DE APRENDIZAJE (Objetivos)

- Conocer los nutrientes, sus funciones y su utilización metabólica.
- Conocer las bases del equilibrio energético y nutricional y su regulación.
- Evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en situación de salud en cualquier etapa del ciclo vital.
- Conocer, detectar precozmente y evaluar las desviaciones cuantitativas y cualitativas, del balance energético y nutricional.

### PROGRAMA DE CONTENIDOS TEÓRICOS Y PRÁCTICOS

#### TEÓRICO

##### Programa teórico

1. Nutrición. Objetivos. Situación actual y perspectivas. Concepto de alimento y nutriente. Legislación alimentaria española. Papel del Graduado en N y D como profesional de la Nutrición
2. Requerimientos energéticos del organismo humano. Metabolismo basal. Factores determinantes del gasto energético. Valor calórico de los alimentos.
3. Clasificación de los nutrientes. Función de los nutrientes en el organismo. Recomendaciones nutricionales. Raciones dietéticas recomendadas. Ingestas dietéticas de referencia. Tablas de composición de los alimentos.
4. Utilización y destino de los nutrientes.
5. Órganos y tejidos implicados en la nutrición.
6. Hidratos de Carbono. Clasificación nutricional, Funciones. Utilización. Fuentes de interés nutricional y recomendaciones dietéticas.
7. Fibra Alimentaria. Clasificación nutricional. Funciones. Fuentes de interés nutricional y recomendaciones dietéticas.
8. Lípidos Clasificación nutricional, Funciones. Utilización. Fuentes de interés nutricional, AGE y recomendaciones dietéticas.
9. Proteínas Clasificación nutricional. Funciones. Utilización. Fuentes de interés nutricional y recomendaciones dietéticas.



10. Integración del metabolismo de los tres nutrientes, principales órganos y hormonas implicados.
11. Vitaminas hidrosolubles Clasificación nutricional. Funciones. Utilización. Fuentes de interés nutricional y recomendaciones dietéticas.
12. Vitaminas. Liposolubles Clasificación nutricional. Funciones. Utilización. Fuentes de interés nutricional y recomendaciones dietéticas.
13. Minerales. Clasificación. Macro y microminerales. Funciones. Utilización. Fuentes de interés nutricional y recomendaciones dietéticas.
14. Agua. Fluidos corporales, balance electrolítico y acido-base. Importancia nutricional del agua. Necesidades y Fuentes.

### Seminarios

Vitaminas, minerales y compuestos bioactivos de los alimentos: Temas preparados y expuestos por el alumno.

Otros seminarios propuestos por los alumnos.

### PRÁCTICO

#### Práctica

- 1- Calculo Metabolismo Basal.
- 2- Calculo del Gasto Energético.
- 3- Uso de las tablas de composición de alimentos Preparación de platos.
- 4- Casos Prácticos. Desarrollo y Discusión.

### BIBLIOGRAFÍA

#### BIBLIOGRAFÍA FUNDAMENTAL

- **Astiasaran I, Laceras B, Ariño A, Martínez A (2003)**. Alimentos y nutrición en la práctica sanitaria. Díaz de Santos. Madrid.
- **Cameron ME, Van Staveren WA (1988)** Manual on Methodology for food consumption studies, Oxford Medical Publications
- **Cervera P, Clapés J, Rigolfas R (2004)**. Alimentación y dietoterapia (Nutrición aplicada en la salud y la enfermedad). 4ª edición, Ed. Interamericana McGraw-Hill. México.
- **CESNID (2008)**. Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España. Ed McGraw-Hill, Madrid.
- **Frayn KN (1998)**. Regulación del metabolismo, Una perspectiva humana Ed. Omega



- **Gil A (2010)**. Tratado de Nutrición (4 tomos). Ed. Panamericana. Madrid.
- **Groff JL, Gropper SS, Hunt SM (1995)** .Advanced Nutrition and Human Metabolism
- **Linder, M.C. (1992)**. "Nutrición. Aspectos Bioquímicos, Metabólicos y Clínicos". Ediciones Universidad de Navarra (Eunsa), Pamplona, España.
- **Mahan L.D. and Escott-Stump, S. (2009)**. "Nutrición y Dietoterapia de Krause". (12ª Edición). McGraw-Hill Interamericana, Ed. Elsevier, SL Barcelona.
- **Martínez, J.A. (2000)**. "Fundamentos Teórico-Prácticos de Nutrición y Dietética", McGraw-Hill. Madrid, España.
- **Mataix Verdu J (2009)**. Nutrición y alimentación humana (2 tomos). Ed. Ergen. Madrid.
- **Ministerio De Sanidad y Consumo (1995)**. Tablas de composición de alimentos españoles. Ed. Ministerio de Sanidad y Consumo. Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones, Madrid.
- **Muñoz M, Aranceta J, Garcia-Jalon I (2004)**. Nutrición aplicada y dietoterapia, 2ª ed. Ed. Eunsa. Pamplona.
- **Novartis**. Tablas de composición de los alimentos. (Ultima ed. 5º). Siempre disponible en fotocopiadora.
- **Requejo A, Ortega Rm (2000)**. Nutriguia. Manual de Nutrición clínica en atención primaria. Ed. Complutense. Madrid.
- **Salas-Salvado J, Bonada A, Trallero R, Saló Me, Burgos R (2008)**. Nutrición y Dietética Clínica. 2ª ed. Ed. Masson. Barcelona.
- **SENC (2004)**. Guías de la alimentación saludable. Edita Sociedad Española de Nutrición Comunitaria. Madrid.
- **Serra Majen L, Aranceta J (2006)**. Nutrición y salud pública: métodos, bases científicas y aplicaciones, 2ª ed. Ed. Masson, Madrid
- **Shils Me, Olson Ja, Shike M (2002)**. Nutrición en Salud y Enfermedad. 9ª ed. (2 tomos). McGraw-Hill. México.
- **Shils ME, Olson JA, Shike M, Ross C. (1999)** Nutrición en Salud y Enfermedad. Ed. Mc Graw Hill.
- **Willet, W. (1993)**. Nutritional epidemiology Oxford University Press

## BIBLIOGRAFÍA COMPLEMENTARIA

Son recomendables todas las correspondientes a Organismos oficiales y profesionales.

<http://www2.uned.es/pea-nutricion-y-dietetica-I/guia/>



## ENLACES RECOMENDADOS

- Ingestas dietéticas de referencia (DRIs). [www.nal.usda.gov/legacy/fnic/dietary-reference-intakes](http://www.nal.usda.gov/legacy/fnic/dietary-reference-intakes)
- Organización de Naciones Unidas para la agricultura y alimentación. [www.fao.org](http://www.fao.org)
- Agencia española de seguridad alimentaria y nutrición: [www.aesan.gob.es/](http://www.aesan.gob.es/)
- Federación española de sociedades de nutrición, alimentación y dietética. [www.fesnad.org/](http://www.fesnad.org/)

## METODOLOGÍA DOCENTE

- MD01 - Lección magistral/expositiva.
- MD02 - Seminarios y sesiones de discusión y debate.
- MD03 - Resolución de problemas y estudio de casos prácticos.
- MD04 - Prácticas de laboratorio y/o clínicas.
- MD08 - Realización de trabajos en grupo.
- MD09 - Realización de trabajos individuales.
- MD11 - Tutorías.
- MD12 - Participación en plataformas docentes.

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

### EVALUACIÓN ORDINARIA

La evaluación consistirá en:

- **SE1: Examen teórico** basado en preguntas sobre los contenidos del programa.
- **SE2: Examen práctico:** Examen de ejercicios prácticos y/o ejercicios entregados de problemas realizados en casa.
- **SE3: Valoración del trabajo autónomo:** Realización y exposición de trabajos por el alumno.
- **Ponderación: SE1.**
- **La calificación de la asignatura se obtendrá considerando:**
  - Examen teórico 70% de la nota final.
  - Prácticas de Nutrición 20 %.
  - Trabajo autónomo del alumno 10 % (max. 5% por trabajo realizado y max. 5% por exposición).

Evaluación de los conocimientos teóricos consistirá en:

- **La realización de un 1º control eliminatorio** a partir de 6,5 y cuya fecha se indica en La Guía de la Facultad. Para eliminar el control o cualquier examen, los conocimientos deben ser uniformes sobre los temas evaluados. El 2º control coincidirá con el examen final, cuya fecha se indica también en La Guía de la Facultad. Si el alumno ha eliminado el 1º control solo tendrá que realizar el examen final correspondiente al 2º control; si no



eliminó el 1º el examen final será de los 2 controles, 1º y 2º.

- Los controles y el examen final podrán ser bien tipo test, preguntas cortas o preguntas de largo desarrollo. Ninguno de los controles aprobados se guardará para la siguiente convocatoria.
- **Trabajo autónomo**
- Es necesario realizar el trabajo autónomo al igual que las prácticas para aprobar la asignatura.

### Evaluación de los conocimientos y habilidades prácticas de la asignatura

· Se dividirá en las dos partes que se contemplan y valoran.

- La actitud manifestada por los alumnos durante el desarrollo de las mismas, así como su participación activa en la resolución de los ejercicios y el debate (20% de la calificación final de estas prácticas).

- Examen y/o aprobación de un trabajo practico de resolución de conceptos teóricos y prácticos (80% de la calificación final para estas prácticas).

- - **La calificación obtenida en practicas entra a formar parte de la calificación final media de la asignatura según el porcentaje de cada calificación antes mencionado.**

**No habrá examen de recuperación de practicas aunque no se haya aprobado el examen de las mismas.**

**Es imprescindible haber realizado las prácticas y realizar y exponer el trabajo autónomo para poder presentarse al examen teórico.**

**La superación de cualquier examen no se logrará sin un conocimiento uniforme y equilibrado de toda la materia.**

### EVALUACIÓN EXTRAORDINARIA

Iguals criterios que para la ordinaria. Es decir: Examen teórico 70% de la nota final. Prácticas de Nutrición 20 %. Trabajo autónomo del alumno 10 % (max. 5% por trabajo realizado y max. 5% por exposición).

### EVALUACIÓN ÚNICA FINAL

La Normativa de Evaluación y de Calificación de los Estudiantes de la Universidad de Granada (<https://goo.gl/uHfqJy>) contempla la realización de una Evaluación Única Final a la que podrán acogerse aquellos estudiantes que por motivos laborales, estado de salud, discapacidad o cualquier otra causa debidamente justificada no puedan cumplir con el método de Evaluación Continua. Los estudiantes que deseen acogerse a esta modalidad de evaluación tendrán que



solicitarlo al Director/a del Departamento en las dos primeras semanas a partir de la fecha de matriculación del estudiante, alegando y acreditando las razones que le asisten para optar por la evaluación única final.

- Constará de un examen teórico según los tipos descritos anteriormente para los alumnos de presencialidad.
- También se realizará un examen teórico sobre los contenidos del programa de prácticas.
- **La calificación de la asignatura se obtendrá considerando:**
- Examen teórico 70% de la nota final.
- Examen de prácticas de Nutrición 30 %.

## 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.

### 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 especial.

