

DATOS DE IDENTIFICACIÓN

Titulación:	Grado en Nutrición Humana y Dietética (Híbrido)
-------------	---

Ámbito	Fisioterapia, Podología, Nutrición y Dietética, Terapia Ocupacional, Óptica y Optometría y Logopedia.
--------	---

Facultad/Escuela:	Ciencias de la Salud
-------------------	----------------------

Asignatura:	Fundamentos de Nutrición
-------------	--------------------------

Tipo:	Obligatoria
-------	-------------

Créditos ECTS:	6
----------------	---

Curso:	2
--------	---

Código:	1873
---------	------

Periodo docente:	Tercer semestre
------------------	-----------------

Materia:	Nutrición
----------	-----------

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

Tipo de enseñanza:	Presencial
--------------------	------------

Idioma:	Castellano
---------	------------

Total de horas de dedicación del alumno:	150
--	-----

Equipo Docente	Correo Electrónico
Cristina Blanco Llamero	cristina.blanco@ufv.es

DESCRIPCIÓN DE LA ASIGNATURA

La asignatura ofrece una visión integral de la nutrición y desvela su conexión con otras ciencias. Profundiza en el estudio de los nutrientes, permitiendo al alumno descubrir sus funciones en el organismo, fuentes dietéticas y utilización nutritiva, así como las recomendaciones de ingesta y su repercusión sobre la salud de la persona.

Aborda el estudio de la valoración del estado nutricional y establece las bases de una alimentación saludable

como premisa para una nutrición equilibrada. Analiza y establece las recomendaciones nutricionales en las diferentes etapas del ciclo vital de la persona.

Por último, dibuja una panorámica acerca de la situación nutricional de la población española y mundial, explorando las líneas de investigación presentes y futuras en los ámbitos de la nutrición y la salud.

OBJETIVO

El objetivo final de la asignatura consiste en adquirir una visión integrada de la nutrición humana y construir las bases de la alimentación saludable para lograr una nutrición equilibrada en las diferentes etapas del ciclo vital.

CONOCIMIENTOS PREVIOS

Es recomendable que el alumno haya superado la asignatura de Bioquímica (1º) y curse simultáneamente la asignatura de Dietética (2º).

CONTENIDOS

Parte I. INTRODUCCIÓN

1. Conceptos de Alimentación, Nutrición y Dietética. Diálogo entre ciencias. Concepto de alimento y nutriente. Concepto de matriz alimentaria.

Parte II. ENERGÍA, NUTRIENTES Y OTROS COMPONENTES DE LA DIETA

1. Energía. Concepto. Componentes del Gasto Energético. Medida y cálculo.

2. Nutrientes: Proteínas y Aminoácidos. Lípidos. Hidratos de Carbono. Fibra. Vitaminas, Minerales y Agua.

Clasificación. Funciones. Utilización nutritiva. Fuentes dietéticas. Ingestas recomendadas en situación fisiológica.

3. El alcohol.

Parte III. NUTRICIÓN EN LAS ETAPAS DEL CICLO VITAL

1. Bases de la alimentación saludable.

2. Concepto de nutrición equilibrada. Desviaciones del balance nutricional.

3. Interacciones xenobiótico-nutriente.

4. Malnutrición y desnutrición. Situación nutricional en España y en el mundo.

5. Investigación en nutrición. La nutrición del futuro. Nutrición de precisión.

ACTIVIDADES FORMATIVAS

- Clase expositiva participativa. Se proporcionará a los alumnos información esencial y organizada procedente de diversas fuentes. Además de la exposición oral se utilizarán otros recursos didácticos, como vídeos o lecturas y se estimulará la participación activa de los alumnos con el fin de facilitar una mayor recepción y comprensión. Se contará con la participación de expertos invitados que impartirán charlas magistrales de interés para el aprendizaje de los alumnos.

- Seminarios teórico-prácticos.
- Trabajos individuales o en grupo.
- Estudio teórico y práctico.
- Tutorías individuales o grupales. Atención individual o en grupo para solucionar dudas y para seguimiento de habilidades adquiridas.
- Prueba de evaluación final.

DISTRIBUCIÓN DE LOS TIEMPOS DE TRABAJO

ACTIVIDAD PRESENCIAL	TRABAJO AUTÓNOMO/ACTIVIDAD NO PRESENCIAL
60 horas	90 horas

RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Participar en el diseño de estudios de dieta total.

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

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

Conocer, detectar precozmente y evaluar las desviaciones por exceso o defecto, cuantitativas y cualitativas, del balance nutricional.

RESULTADOS DE APRENDIZAJE ESPECIFICOS

Identifica los nutrientes y describe su estructura, función y utilización metabólica en el organismo.

Conoce las bases del equilibrio nutricional, su regulación y sus posibles desviaciones.

Conoce los requerimientos nutricionales del cuerpo humano y es capaz de determinar las bases de una alimentación saludable en cualquier etapa del ciclo vital.

Es capaz de analizar y evaluar la influencia de los nutrientes, los alimentos y los patrones dietéticos sobre el estado de salud de individuos y poblaciones.

Es capaz de realizar una valoración del estado nutricional de sujetos y grupos.

Conoce las interacciones entre xenobióticos y nutrientes.

SISTEMA DE EVALUACIÓN DEL APRENDIZAJE

Los resultados de aprendizaje de los alumnos se evaluarán con una metodología que tiene en cuenta las diferentes actividades realizadas durante el curso.

Convocatoria ordinaria:

- Prueba de evaluación final: examen escrito con preguntas de tipo test, preguntas a desarrollar y casos clínicos. (70%). Es necesario aprobar el examen final con una nota igual o superior a 5 para superar la asignatura.
- Realización de trabajos y ejercicios individuales y grupales. (20%)
- Participación en las actividades presenciales en el aula. (10%)

Convocatoria extraordinaria:

- Prueba de evaluación final: examen escrito con preguntas de tipo test, preguntas a desarrollar y casos clínicos. (70%). Es necesario aprobar el examen final con una nota igual o superior a 5 para superar la asignatura.
- Realización de trabajos y ejercicios individuales y grupales. (20%)
- Participación en las actividades presenciales en el aula. (10%)

A la convocatoria extraordinaria sólo se presentarán aquellos alumnos que tengan suspensa la asignatura en convocatoria ordinaria. En convocatoria extraordinaria, el alumno sólo podrá entregar aquellos elementos de la evaluación (trabajos, ejercicios e informe de la práctica de observación de competencias) que tuviera suspensos o no presentados en convocatoria ordinaria.

En todo el material entregado se tendrá en cuenta: a) la propiedad del vocabulario, b) la corrección sintáctica, c) la corrección ortográfica (grafías y tildes), d) la puntuación apropiada, e) la adecuada presentación. Reiteradas incorrecciones repercutirán negativamente en la nota e incluso podrán suponer la calificación de suspenso. Todas las tareas se deberán entregar dentro del plazo establecido a través del aula virtual.

Sistema de evaluación alternativo (alumnos de 2º o más matrículas, alumnos de intercambio y aquellos con Dispensa académica):

- Prueba de evaluación final: examen escrito con preguntas de tipo test, preguntas a desarrollar y casos clínicos. (70%). Es necesario aprobar el examen final con una nota igual o superior a 5 para superar la asignatura.
- Realización de trabajos y ejercicios individuales y grupales. (30%)

Para alumnos de 1º matrícula: Se acogerán al sistema de evaluación ordinario. Será necesario obtener una calificación de 5 en todos los apartados descritos anteriormente para poder aprobar la asignatura. En el caso de suspender la asignatura en convocatoria ordinaria, para la convocatoria extraordinaria el alumno deberá someterse a las pruebas necesarias marcadas por el profesor para superar cada una de las partes suspensas, guardándose la nota de las partes aprobadas

Para alumnos de 2º o más matrículas: Se podrán acoger al sistema de evaluación ordinario o al sistema de evaluación alternativo, previo acuerdo con el profesor al inicio de la asignatura, y siempre que se haya cursado la asignatura de forma presencial previamente. Será necesario obtener una calificación de 5 en todos los apartados descritos anteriormente para poder aprobar la asignatura

CONCESIÓN DE LA MATRÍCULA DE HONOR: la Matrícula de Honor es un reconocimiento a la excelencia. Se concederá exclusivamente a aquellos alumnos que destacan por encima de sus compañeros, no solo con respecto a sus resultados académicos dentro de la asignatura, sino también con respecto a su actitud e interés frente al estudio y la asignatura, su compromiso, trabajo en equipo a lo largo de todo el curso, solo se concederá una por cada 20 alumnos o fracción y no es obligatorio concederla, pudiendo quedar desierta.

Todas las pruebas susceptibles de evaluación estarán supeditadas a lo establecido en la normativa de evaluación de la Universidad Francisco de Vitoria. Las conductas de plagio, así como el uso de medios ilegítimos en las pruebas de evaluación, serán sancionados conforme a lo establecido en la Normativa de Evaluación y Convivencia de la universidad.

BIBLIOGRAFÍA Y OTROS RECURSOS

Básica

directores J. Alfredo Martínez Hernández, María del Puy Portillo Baquedano ; coordinador Santiago Navas Carretero. Fundamentos de nutrición y dietética: bases metodológicas y aplicaciones / Madrid :Panamericana,2011.

J. Alfredo Martínez. Fundamentos teórico-prácticos de nutrición y dietética / Madrid :McGraw-Hill Interamericana,2001.

Complementaria

Teresa Blanco de Alvarado-Ortiz. Alimentación y nutrición :fundamentos y nuevos criterios / Lima :Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC),2015.