



Universidad
de Alcalá



cunimad
Centro de Educación Superior

GUÍA DOCENTE

Dietética

Grado en Nutrición Humana y Dietética
Centro de Educación superior CUNIMAD
Universidad de Alcalá

Curso Académico 2023/24
3^{er} Curso – 1^{er} Cuatrimestre

GUÍA DOCENTE

Nombre de la asignatura:	Dietética
Código:	571021
Titulación en la que se imparte	Grado Nutrición Humana y Dietética
Departamento y Área de Conocimiento:	Centro de Educación Superior CUNIMAD
Carácter:	Obligatoria
Créditos ECTS:	6
Curso y cuatrimestre:	3^{er} Curso, 1^{er} Cuatrimestre
Profesorado:	D. Edwin Fernández Cruz
Horario de Tutoría:	Se establecerá el primer día de clase
Idioma en el que se imparte:	Español

1. PRESENTACIÓN

La Dietética es la disciplina encargada de aplicar los conocimientos científicos de la fisiología, la nutrición y la bromatología, en la planificación y consejo dietético en individuos y colectivos sanos.

En esta asignatura estudiaremos la alimentación en el sujeto sano, en diferentes etapas de su vida, aprendiendo a realizar el diseño de dietas usando como herramientas las guías alimentarias que incluyen las últimas recomendaciones para la prevención de enfermedades crónicas, las formas alternativas de alimentación y la influencia de distintas culturas, creencias y hábitos en el patrón alimentario. Así mismo recalamos la importancia de los diferentes sistemas de evaluación del estado nutricional: encuestas dietéticas, screening nutricional a través de la historia dietética, registro de hábitos de ingesta y actividad contrastados con los índices de una alimentación saludable en el sujeto sano y contrastándolos con los del sujeto enfermo.

2. COMPETENCIAS

Competencias generales:

1. Reconocer los elementos esenciales de la profesión del Dietista-Nutricionista, incluyendo los principios éticos y responsabilidades legales en 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.

2. Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilidades para trabajar en equipo.
3. 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 la nutrición y hábitos de vida.
4. Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionadas con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios.
5. Tener la capacidad de elaborar informes y cumplimentar registros relativos a la actividad profesional del Dietista-Nutricionista.
6. Elaborar, interpretar y manejar las tablas y bases de datos de composición de alimentos.
7. 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 sanos como enfermos.
8. Interpretar el diagnóstico nutricional, evaluar los aspectos nutricionales de una historia clínica y realizar el plan de actuación dietética.

Competencias específicas:

1. Aplicar las Ciencias de los Alimentos y de la Nutrición a la práctica dietética.
2. Evaluar y calcular los requerimientos nutricionales en situación de salud y enfermedad en cualquier etapa del ciclo vital.
3. Identificar las bases de una alimentación saludable (suficiente, equilibrada, variada y adaptada).
4. Participar en el diseño de estudios de dieta total.
5. Planificar, realizar e interpretar la evaluación del estado nutricional de sujetos y/o grupos, tanto sanos (en todas las situaciones fisiológicas) como enfermos.
6. Elaborar e interpretar la historia dietética, en sujetos sanos y enfermos. Interpretar una historia clínica. Comprender y utilizar la terminología empleada en ciencias de la salud.
7. Manejar las herramientas básicas en TICs utilizadas en el campo de la Alimentación, Nutrición y Dietética.
8. Ser capaz de fundamentar los principios científicos que sustentan la intervención del dietista- nutricionista, supeditando su actuación profesional a la evidencia científica.

3. CONTENIDOS

Bloques de contenido (se pueden especificar los temas si se considera necesario)	Total de clases, créditos u horas
Tema 1. Introducción a la dietética Definición Dieta y salud Perfil profesional del dietista-nutricionista	• 1 h T

<p>Tema 2. Principios fundamentales de la alimentación Conceptos básicos Guías alimentarias</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1 h T • 1 h Taller virtual
<p>Tema 3. Herramientas dietéticas Las encuestas alimentarias Tablas de composición de alimentos Raciones aconsejadas de alimentos Dieta y menús. El menú como unidad dietética diaria</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 2 h T
<p>Tema 4. Diseño y planificación de dietas Factores a tener en cuenta en la instauración de una dieta Confección y evaluación de la dieta Realización de una dieta Dietas por sistema de equivalencias/intercambios</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 2 h T
<p>Tema 5. Dieta saludable Características de la dieta saludable Aporte energético y equilibrio nutricional Valor energético de los alimentos Prevención de enfermedades a través de la dieta saludable</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1 h T
<p>Tema 6. Dieta en situaciones fisiológicas de la vida Dieta adaptada en lactantes y primer año de vida Dieta de gestación, lactancia y menopausia Dieta en la etapa escolar. De la infancia a la adolescencia Dieta y envejecimiento</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 2 h T
<p>Tema 7. La dieta mediterránea y la multiculturalidad Definición y características nutricionales de la dieta mediterránea La pirámide de la alimentación mediterránea Dieta nórdica Dieta okinawa Dieta asiática Paradoja francesa</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1 h T
<p>Tema 8. Dieta en el deportista Necesidades nutricionales Dieta base, dieta preejercicio y dieta posejercicio Complementos alimentarios</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1 h T

Tema 9. Patrones alternativos de alimentación Fundamentos Dietas vegetarianas y veganas. La alimentación macrobiótica. Dieta Paleo. Dietas disociadas	<ul style="list-style-type: none"> • 1 h T
Tema 10. Coaching nutricional Introducción al coaching nutricional y su aportación práctica Técnicas y habilidades de comunicación y coaching Técnicas para trabajar los obstáculos del paciente y plan de acción	<ul style="list-style-type: none"> • 1 h T
TOTAL horas de clase	<ul style="list-style-type: none"> • 17 horas

4. METODOLOGÍAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE-ACTIVIDADES FORMATIVAS

4.1. Distribución de créditos (especificar en horas)

Número de horas presenciales:	Sesiones presenciales virtuales 15 Talleres de prácticas virtuales 2 Realización del examen final presencial 2 Total: 19 h
Número de horas del trabajo propio del estudiantado:	Lecciones magistrales 6 Estudio del material básico 50 Lectura material complementario 25 Trabajos, casos prácticos, test 21 Talleres de prácticas virtuales 6 Tutorías 16 Trabajo colaborativo 7 Total: 131 h
Total horas	150 h

4.2. Estrategias metodológicas, materiales y recursos didácticos

En las actividades presenciales	Grupo grande (T): clases expositivas y discusión virtuales síncronas con el alumnado. Se expondrán los contenidos de los temas, se explicarán los conceptos más importantes y se resolverán cuestiones que ayuden a la comprensión de los conceptos. Para favorecer la participación de los/las alumnos/as y la interacción con el profesor/a se podrán utilizar dinámicas participativas como chat y/o audio. El/La profesor/a dispone de una pizarra electrónica que los/las alumnos/as visualizan en tiempo real.
--	--

	<p>También se permite al/a alumno/a acceder a las grabaciones de las sesiones presenciales virtuales de las asignaturas, de manera que puede ver la clase en diferido.</p> <p>Asimismo, se realizarán Talleres de prácticas virtuales síncronos y con posibilidad de verlos en diferidos, en los que se trabajarán casos prácticos y resolución de problemas</p> <p>Materiales y recursos a utilizar para el desarrollo de cada actividad: material docente audiovisual preparado por el/la profesor/a (vídeos y presentaciones PowerPoint), de laboratorio (material específico para cada práctica y guiones de prácticas), materiales en red (Plataforma Canvas, Webs recomendadas para simulación y prácticas), etc.</p>
<p>En las actividades no presenciales</p>	<p>Estudio autónomo. Análisis y asimilación de los contenidos de la materia, resolución de problemas, consulta bibliográfica, lecturas recomendadas, uso de aplicaciones virtuales de simulación, preparación de trabajos individuales y/o grupales y pruebas de autoevaluación.</p> <p>Utilización del chat y de los foros accesibles a través del campus virtual para favorecer el contacto de los/as alumnos/as con el profesorado de la asignatura fuera del aula, así como facilitar su acceso a información seleccionada y de utilidad para su trabajo no presencial.</p>

5. EVALUACIÓN: Procedimientos, criterios de evaluación y de calificación

En cada curso académico el/la estudiante tendrá derecho a disponer de dos convocatorias, una ordinaria y otra extraordinaria. La convocatoria ordinaria estará basada en la evaluación continua, salvo en aquellos casos contemplados en la normativa de evaluación de la UAH en los que el/la estudiante podrá acogerse a un procedimiento de evaluación final. Para acogerse a este procedimiento de evaluación final, el/la estudiante tendrá que solicitarlo por escrito al/la Coordinador/a de la Titulación en las dos primeras semanas de impartición de la asignatura, explicando las razones que le impiden seguir el sistema de evaluación continua.

En el caso de aquellos/as estudiantes que por razones justificadas no tengan formalizada su matrícula en la fecha de inicio del curso o del periodo de impartición de la asignatura, el plazo indicado comenzará a computar desde su incorporación a la titulación. La solicitud será resuelta por la Dirección Académica, tras valorar la documentación aportada, y podrá ser aceptada o no.

Criterios de evaluación y de calificación:

- Participación activa en las clases y actividades propuestas.
- Conocimiento y comprensión de conceptos, fundamentos y metodologías.

- Aplicación e integración de los contenidos a situaciones y problemas concretos.
- Resolución comprensiva de ejercicios y cuestiones.
- Sentido crítico y argumentación coherente en las ideas.
- Estudio y planificación de las sesiones prácticas, previo a su realización.
- Cumplimiento de las normas de seguridad en el laboratorio.
- Destreza en la realización de las prácticas en el laboratorio, análisis de datos e interpretación razonada de los resultados.

Por tratarse de una materia de carácter marcadamente experimental y técnica, la realización y superación de los talleres prácticos virtuales es obligatoria para todos los/las estudiantes/as que cursen la asignatura, tanto en convocatoria ordinaria (evaluación continua como final) como en convocatoria extraordinaria.

Convocatoria Ordinaria

Evaluación Continua:

Se valorará la participación activa de los/las estudiantes en todas las actividades realizadas, así como las habilidades desarrolladas durante las enseñanzas prácticas. los/las estudiantes deberán demostrar un nivel mínimo (50% de la calificación total de las actividades) en la adquisición de las competencias correspondientes para superar la asignatura.

La realización y superación de los talleres prácticos virtuales se consideran imprescindibles, tanto en convocatoria ordinaria (evaluación continua y final) como extraordinaria

Si el/la estudiante no participa en el proceso de enseñanza-aprendizaje realizando y entregando todas **las actividades obligatorias** propuestas por el/la docente se considerará suspenso en la **convocatoria ordinaria**.

La prueba de evaluación final presencial debe ser aprobada por el/la estudiante para poder aplicar los porcentajes de ponderación establecidos en esta guía y superar la asignatura.

El aprendizaje de cada estudiante se valorará mediante datos objetivos procedentes de:

	PONDERACIÓN MIN	PONDERACIÓN MAX
<i>Actividades de evaluación continúa</i>		
Participación en foros y otros medios participativos	5	10
Realización de trabajos, proyectos y casos	20	30
Realización de Talleres Virtuales	20	20
Test de autoevaluación	5	10
<i>Prueba de evaluación final presencial</i>	40	40

Participar en la evaluación continua supone consumir la convocatoria ordinaria.

Evaluación Final:

Evaluación final:

Se realizará una prueba presencial, que constará de las siguientes partes:

1. Parte teórica que consistirá en:
 - Un examen de preguntas de diferente tipología sobre el contenido teórico que supone un 40% de la nota final
 - Un examen de preguntas de diferente tipología sobre las actividades obligatorias de la asignatura que supone un 40% de la nota.

Para aprobar la asignatura es necesario aprobar cada parte con una nota igual o superior a 5.

2. Parte práctica (20%). En el supuesto de que el/la estudiante haya realizado y no superado los talleres prácticos virtuales, deberán realizar un examen que consistirá en una prueba, de diferente tipología, relativa a los talleres prácticos virtuales.

Para aprobar la prueba de evaluación final es necesario superar ambas partes con nota igual o superior a 5.

Convocatoria Extraordinaria

En el caso de que el/la estudiante, tras la evaluación en convocatoria ordinaria, no adquiera las competencias descritas en esta guía, podrá realizar la convocatoria extraordinaria que seguirá los mismos criterios de la evaluación y calificación que la convocatoria ordinaria (continua o final).

Consistirá en una prueba presencial con preguntas, problemas y/o ejercicios que permitan valorar la adquisición por parte del/la estudiante de las competencias de dicha asignatura.

Para optar a la convocatoria extraordinaria, los/las estudiantes habrán tenido que realizar todos los talleres prácticos virtuales.

Los/las estudiantes que hayan realizado y no superado los talleres prácticos virtuales deberán realizar una prueba específica de los contenidos correspondientes, que deberán superar con nota igual o superior a 5.

En el supuesto de que el/la estudiante, por causas justas justificadas, no haya podido realizar los talleres prácticos virtuales, deberán realizar un examen práctico consistente en la realización de una prueba específica, que deberán superar con nota igual o superior a 5.

En el caso de que en la convocatoria ordinaria se haya aprobado la parte correspondiente a la evaluación continua se considera que el/la estudiante ha adquirido esas competencias, por lo que no es necesario que realice un examen correspondiente a esa parte.

6. BIBLIOGRAFÍA

1. Bean A. La guía completa de la nutrición del deportista. Barcelona: Editorial Paidotribo; 1998.
2. Carbajal Azcona Á. Manual de Nutrición clínica y dietética. Madrid: Universidad Complutense; 2013.
3. Gil A. Tratado de Nutrición. Tomo III. Nutrición Clínica. Mutilva Alta: Clínica Panamericana; 2010.
4. Ibáñez J, Astiasarán I. Alimentación y deporte. Madrid: Eunsa; 2010.
5. Ireton-Jones CS. Ingesta: energía. En Mahan LK, Escott-Stump S, Raymond JL. Krause Dietoterapia. Barcelona: Elsevier; 2014. p. 19-31.
6. Mahan LK, Raymond J Krause. Dietoterapia. Barcelona: Elsevier; 2014.
7. Martín Peña G, López Jiménez M, Rodríguez García A. Hábitos alimentarios y salud. En Gil A, editor. Tratado de Nutrición. Tomo III Nutrición Clínica. Madrid: Editorial Clínica Panamericana; 2010. p. 3-43.
8. Morán Fagúndez LJ et al. Historia dietética. Metodología y aplicaciones. Rev Esp Nutr Comunitaria 2015; 21(1): 53-57.
9. Murray DH, Holben DH Raymond JL, Aportación de alimentos y nutrientes: planificación de la dieta culturalmente idónea. En Mahan LK, Escott-Stump S, Raymond JL. Krause Dietoterapia. Barcelona: Elsevier; 2014.p. 274-287.
10. Oliveira Fuster G, Gonzalo Martín M, Carral San Laureano F. Requerimientos nutricionales. En: de Luís D, Bellido A, García P, editores. Dietoterapia, Nutrición Clínica y Metabolismo. Madrid: Díaz de Santos; 2012. p. 35-60.
11. Ortega RM, Pérez-Rodrigo C, López-Sobaler AM. Métodos de evaluación de la ingesta actual: registro o diario dietético. Rev Esp Nutr Comunitaria 2015; 21 (1): 34-41.
12. Salvador Castell G, Serra Majem L, Ribas-Barba L. ¿Qué y cuánto comemos? El método recuerdo de 24 horas. Rev Esp Nutr Comunitaria 2015; 21 (1): 42-44.
13. Thomson CA. Aportación de alimentos y nutrientes: sustancias bioactivas y atención integral. En Mahan LK, Escott-Stump S, Raymond JL. Krause Dietoterapia. Barcelona: Elsevier; 2014. p. 291-305.

7. OBSERVACIONES

Durante el desarrollo de las pruebas de evaluación han de seguirse las pautas marcadas en el Reglamento por el que se establecen las Normas de Convivencia de la Universidad de Alcalá, así como las posibles implicaciones de las irregularidades cometidas durante dichas pruebas, incluyendo las consecuencias por cometer fraude académico según el Reglamento de Régimen Disciplinario del Estudiantado de la Universidad de Alcalá.