



Universitat de Lleida

GUÍA DOCENTE **DIETÉTICA**

Coordinación: PIQUE FERRE, M. TERESA

Año académico 2017-18

Información general de la asignatura

Denominación	DIETÉTICA			
Código	100617			
Semestre de impartición	1R Q(SEMESTRE) EVALUACIÓN CONTINUADA			
Carácter	Grado/Máster	Curso	Carácter	Modalidad
	Grado en Nutrición Humana y Dietética	3	OBLIGATORIA	Presencial
Número de créditos ECTS	8			
Grupos	1GG,2GM			
Créditos teóricos	0			
Créditos prácticos	0			
Coordinación	PIQUE FERRE, M. TERESA			
Departamento/s	TECNOLOGIA D'ALIMENTS			
Distribución carga docente entre la clase presencial y el trabajo autónomo del estudiante	<p>H Presenciales 80</p> <p>Magistral 24 Práctica y tutorías 10 Seminario 46</p> <p>H. No Presenciales 108</p>			
Información importante sobre tratamiento de datos	Consulte este enlace para obtener más información.			
Idioma/es de impartición	Catalán			
Horario de tutoría/lugar	A concretar			

Profesor/a (es/as)	Dirección electrónica profesor/a (es/as)	Créditos impartidos por el profesorado	Horario de tutoría/lugar
BARAHONA VIÑES, MARIA ANTONIA	abarahona@tecal.udl.cat	6,2	
PIQUE FERRE, M. TERESA	m.teresa@tecal.udl.cat	7,4	

Información complementaria de la asignatura

La Dietética estudia la forma de proporcionar a cada individuo o colectividad los alimentos necesarios para su adecuado desarrollo según su estado fisiológico, de mantenimiento de la salud, prevención y tratamiento de enfermedades. Algunas patologías como la obesidad, la hipertensión, la diabetes, las enfermedades cardiovasculares, los trastornos de la conducta alimentaria y algunos cánceres se relacionan con una alimentación desequilibrada. La dieta ideal que sirva a todos no existe, pero si que existen unos criterios o pautas dietéticas. Conocer la composición nutricional de los alimentos es muy útil en el diseño de estas dietas. En la asignatura de Dietética son imprescindibles los conocimientos adquiridos en las asignaturas de Bromatología y Nutrición para comprender y relacionar el contenido de los temas incluidos en el programa.

Objetivos académicos de la asignatura

- 1.Describir las bases de la alimentación saludable y clasificar las diferentes alternativas de dietas.
2. Saber la metodología de la educación alimentaria.
- 3.Reconocer la importancia de una alimentación adecuada en el mantenimiento de la salud, así como el importante papel que juega la dieta en enfermedades de carácter crónico.
- 4.Conocer la importancia del valor nutritivo de los alimentos y de los hábitos alimentarios para poderlos relacionar con la aparición de enfermedades.
5. Calcular y establecer pautas alimentarias saludables en individuos y colectividades.
- 6.Desarrollar la planificación de menús para colectividades.
- 7.Diseñar y interpretar encuestas alimentarias.
- 8.Describir las formas de restauración y las técnicas culinarias para optimizar las características organolépticas y

nutricionales en dietética y dietoterapia.

9. Conocer y utilizar las técnicas de evaluación del estado nutricional del individuo y de la colectividad, especialmente las encaminadas a valorar la dieta.

10. Elaborar y interpretar una historia dietética.

11. Planificar, implantar y evaluar dietas específicas con la utilización de herramientas informáticas.

Competencias

- Aplicar los conocimientos de la Ciencia de los Alimentos y de la Nutrición a la práctica dietética y dietoterápica.
- Conocer la gastronomía y las técnicas culinarias para optimizar las características organolépticas y nutricionales en dietética y dietoterapia.
- Participar en el diseño de estudios de dieta total.
- Identificar los problemas dietético-nutricionales del paciente, así como los factores de riesgo.
- Elaborar y interpretar una historia dietética en individuos sanos y enfermos.
- Planificar, implantar y evaluar dietas terapéuticas para individuos y/o grupos.
- Planificar y llevar a cabo programas de educación dietético-nutricional en individuos sanos y enfermos.

Contenidos fundamentales de la asignatura

Módulo 1 - Introducción

TEMA 1. Conceptos de dieta equilibrada, dietoterapia, recomendación dietética. Tipos de dietas.

TEMA 2. Asesoramiento dietético: Guías alimentarias. Ración alimentaria y equivalencias. Métodos de valoración del consumo alimentario. Estudios de dieta total.

TEMA 3. Planificación dietética: Objetivos. Cálculo de dietas. Dietas por gramajes. Dietas por intercambios.

Módulo 2 – Dietética en situaciones fisiológicas de la vida

TEMA 4. Alimentación adaptada a lactantes. Beikost, alimentación durante el primer año de vida.

TEMA 5. Alimentación en situaciones fisiológicas: Gestación. Lactancia. Menopausia

TEMA 6. Alimentación en las diversas etapas de la vida: Infancia. Etapa escolar. Adolescencia.

TEMA 7. Alimentació en el envejecimiento.

TEMA 8. Alimentación y deporte.

TEMA 9. Alimentación en condiciones especiales: Dietas modificadas en energía, nutrientes y textura.

Módulo 3 – Restauración colectiva y alternativas alimentarias

TEMA 10. Formas de restauración comercial o colectiva.

TEMA 11. Dieta mediterranea.

TEMA 12. Alimentación en las diversas culturas.

TEMA 13. Dieta vegetariana.

TEMA 14. Dietas alternativas.

Ejes metodológicos de la asignatura

Per assolir els objectius i adquirir les competències atribuïdes es programaran les següents activitats:

Activitat	Objectiu	Descripció
Classes magistrals. (CM)	1-8	Adquisició de coneixements sobre dietètica aplicada a situacions fisiològiques de l'individu, dietes en col·lectivitats i alternatives alimentàries. Reconeixement a la diversitat i la multiculturalitat.
Seminaris. (Sem)	3-8	Exposició, tractament i discussió sobre com resoldre problemes de dietètica aplicada en la pràctica diària. Assessorament dietètic en col·lectivitats.
Pràctiques de laboratori (PL)	7-11	Adquisició de competències en planificació, càlcul informàtic i avaluació de dietes. Elaboració i anàlisi de qüestionaris alimentaris. Utilització de tècniques culinàries.
Treballs dirigits (Treb)	6-7	Treball acadèmicament dirigit per aconseguir els objectius de capacitat en síntesi i expressió oral.
Tutories. (Tut)	1-11	Orientar els aprenentatges evitant la dispersió i clarificar dubtes sobre el contingut global de l'assignatura.

- **Classes magistrals. (CM)**

Es realitzaran amb tots els alumnes a l'aula. Tenen com a finalitat donar una visió general dels continguts educatius relacionats amb els coneixements específics de l'assignatura, destacant-hi aquells aspectes que es relacionen amb l'adquisició de competències referides a la bromatologia.

- **Seminaris. (Sem)**

Els seminaris són obligatoris i s'han de realitzar en el grup que correspongui a cada alumne. Es realitzaran activitats, com ara dur a terme propostes de menús per a diferents estats fisiològics de l'individu i per a col·lectivitats, que aportin coneixements pràctics i desenvolupin els temes tractats a les classes magistrals.

Seminari 1. Disseny d'estudis de dieta total

Seminari 2. Elaboració i interpretació d'una història dietètica

Seminari 3. Elaboració d'un registre dietètic. Exposició de l'informe.

Seminari 4. Mètodes de transmissió del pla d'alimentació (I)

Seminari 5. Mètodes de transmissió del pla d'alimentació (II)

Seminari 6. Alimentació adaptada a lactans. Preparació de biberons i alimentació Beikost.

Seminari 7. Dietes per a dones embarassades

Seminari 8. Dietes per a escolars

Seminari 9. Dietes en l'envelliment

Seminari 10. Dietes en l'esport

Seminari 11. Dietes en sobrepès i obesitat

Seminari 12. Dietes en dislipèmies

Seminari 13. Dietes en diabetis

Seminari 14. Dieta vegetariana i dietes alternatives

Seminari 15. Adaptació de dietes a diferents cultures i condicions especials

- **Pràctiques de laboratori. (PL)**

Les pràctiques de laboratori són obligatòries i es duran a terme en aula d'informàtica i a laboratoris del departament de Tecnologia d'Aliments. Es realitzaran activitats relacionades amb l'elaboració de dietes i l'avaluació de la conducta alimentària:

- Disseny i planificació de dietes.
- Càlcul informàtic de valors nutricionals i energètics.
- Utilització de diferents eines informàtiques per al càlcul de dietes específiques.
- Disseny i anàlisi de qüestionaris alimentaris en col·lectivitats.
- Elaboració de menús. Utilització de tècniques culinàries per optimitzar les característiques organolèptiques i nutricionals

- **Treballs dirigits (Treb)**

Realització de dos treballs obligatoris sobre valoració del consum alimentari i planificació de menús

- **Tutories. (Tut.)**

Seminari-Tutoria. Es realitzarà en grups de 15-20 alumnes i tindrà lloc després de les pràctiques de

laboratori. Tindrà com a finalitat clarificar dubtes sobre l'elaboració dels informes de pràctiques de laboratori i la realització del treball.

Plan de desarrollo de la asignatura

Objectiu	Activitats	Presencials	Dedicació estudiant
1-8	Classes magistrals (CM)	24	24 + 42 = 66
7-11	Pràctiques laboratori (PL)	10	10 + 10 = 20
3-8	Seminaris (Sem)	24	40 + 40 = 48
6-7	Treballs dirigits	3	3 + 12 = 15
	Tutories (Tut)	3	3 + 4 = 7

***Dedicació estudiant** = Hores presencials + hores de treballs de l'estudiant

Sistema de evaluación

L'avaluació de l'aprenentatge serà continuada tenint-se en compte els següents aspectes:

- Es realitzaran 2 exàmens parcials de la part teòrica, amb preguntes tipus test i casos pràctics. Cadascun dels exàmens s'ha de superar amb una nota mínima de 6 sobre 10. Aquest tipus d'avaluació correspondrà al 40% de la nota final. Es valorarà també l'expressió, la claredat i la correcció en l'escrit.
- Es realitzarà un examen teòric-pràctic individual per avaluar les habilitats adquirides sobre càlcul informàtic de dietes que correspondrà al 10% de la nota final.
- L'avaluació de les pràctiques de laboratori corresponen al 10% de la nota final. Es valorarà l'assistència activa a les sessions de pràctiques i l'elaboració de l'informe corresponent.
- L'assistència i participació als seminaris representa un total del 30% de l'avaluació (inclou el treball sobre valoració del consum alimentari).
- La presentació i exposició oral dels treballs sobre planificació de menús representa un 10% de l'avaluació.

Per aprovar l'assignatura caldrà aprovar per separat el contingut teòric i pràctic. L'apartat pràctic (pràctiques de laboratori, seminaris i treballs) és obligatori i si no es realitza i no es presenten els informes corresponents NO s'aprova l'assignatura.

Bibliografía y recursos de información

Llibres

- Aguilar, M. *Nutrición científica y práctica*. Ed. Libertarias, Madrid. 2004.
- Biesalski, H.K. i Grimm, P. *Nutrición*. Ed. Médica Panamericana, S.A., Madrid. 2007.
- Cervera, P. *Alimentación materno infantil*. Ed. Masson, S.A. 2000
- Cervera, P. I al. *Alimentación y dietoterapia*. Ed. McGraw-Hill Interamericana, Madrid.2005.
- Garcia, P. I Martínez, J. *Técnicas de alimentación y nutrición aplicadas*. Ed. Universidad Politécnica de Valencia. 2003.
- Gibney MJ. *Nutrición, dieta y salud*. Ed Acribia, Zaragoza. 1990.
- Gil, A. i al. *Tratado de nutrición. Tomo III*. Ed. Acción Médica. 2005.
- Kathleen, L. i Escott, S. *Nutrición y dietoterapia de Krause*. Ed. McGraw-Hill Interamericana, Madrid. 2002.
- Martínez J.A. *Fundamentos teórico prácticos de nutrición y dietética*. McGraw-Hill Interamericana. 1998.
- Mataix, J. *Nutrición y alimentación humana*. Ergon cop. 2002.
- Muñoz, M. *Nutrición aplicada y dietoterapia*. Eunsa. 2004.
- Rubio, M.A. *Manual de alimentación y nutrición en el anciano*. Ed. Masson, S.A., Barcelona. 2002
- Salas, J. i al. *Nutrición y dietética clínica*. Ed. Elsevier España S.L. 2008.
- S.E.N.C. *Guías alimentarias para la población española*. 2001.
- Shils M.E. *Nutrición en salud y enfermedad*. 2 vols. McGraw-Hill Interamericana cop. 2002.
- Thompson, J.L. i al. *Nutrición*. Ed. Pearson Educación, cop. Madrid. 2008.
- Vargas, D. i al. *Alimentos comunes, medidas caseras y proporciones*. Ed. McGraw-Hill, Madrid. 2008
- Williams, M.H. *Nutrición para la salud, la condición física y el deporte*. Ed. Paidotribo, S.A., Barcelona. 2002.

Adreces d'internet

<http://www.gencat.net/salut/acsa> <http://www.aesa.msc.es/aesa> <http://www.nutricion.org>
<http://www.seennutricion.org> <http://www.nal.usda.gov/fnic>

Revistes

Alimentaria

Alimentación, Nutrición y Salud

Food Science and Nutrition

Information diététique

International Journal of Food Science and Nutrition Journal of Food Science

Journal of Food Protection Journal of Nutritional Biochemistry

Journal of Nutrition in Recipe and Menu Development Microbiologie-Aliments-Nutrition

Nutrition Metabolism and Cardiovascular Diseases Nutrition Research

Obesity Reviews

Plant Food for Human Nutrition

Revista Española de Nutrición Comunitaria Sensory and Nutritive Qualities of Food