Universitat de Lleida

GUÍA DOCENTE

DIETÉTICA

Coordinación: PIQUE FERRE, M. TERESA

Año académico 2020-21

DIETÉTICA 2020-21

Información general de la asignatura

Denominación	DIETÉTICA
Código	100643
Semestre de impartición	1R Q(SEMESTRE) EVALUACIÓN CONTINUADA
Carácter	

Grado/Máster	Curso	Carácter	Modalidad
Doble titulación: Grado en Nutrición Humana y Dietética y Grado en Fisioterapia	3	OBLIGATORIA	Presencial
Grado en Nutrición Humana y Dietética	2	OBLIGATORIA	Presencial
Doble titulación: Grado en Nutrición Humana y Dietética y Grado en Fisioterapia	3	OBLIGATORIA	Presencial

Número de créditos de la asignatura (ECTS)	9
Tipo de actividad, créditos y grupos	

Tipo de actividad	PRALAB	PRAULA	TEORIA
Número de créditos	1.2	4.8	3
Número de grupos	3	3	2

Coordinación	PIQUE FERRE, M. TERESA
Departamento/s	TECNOLOGÍA DE ALIMENTOS
Información importante sobre tratamiento de datos	Consulte este enlace para obtener más información.
Idioma/es de impartición	Catalán

DIETÉTICA 2020-21

Profesor/a (es/as)	Dirección electrónica\nprofesor/a (es/as)	Créditos impartidos por el profesorado	Horario de tutoría/lugar
ALCUBIERRE CALVO, NURIA RAQUEL	nuria.alcubierre@udl.cat	4,3	
BARAHONA VIÑES, MARIA ANTONIA	antonieta.barahona@udl.cat	6	
BER MIR, MARIONA	mariona.ber@udl.cat	3,7	
PIQUE FERRE, M. TERESA	mariateresa.pique@udl.cat	9	
RUBIÓ PIQUÉ, LAURA	laura.rubio@udl.cat	1	

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 transtornos 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 dietes 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 gastronomia 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. Estudiis de dieta total.

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

Módulo 2 – Dietética en situaciones fisiológicas de la vida

TEMA 4. Alimentación adaptada a lactantes.

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

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

TEMA 7. Alimentación 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. Restauración comercial o colectiva. Dietas en colectividades.

TEMA 11. Dieta mediterranea.

TEMA 12. Alimentación en las diversas culturas.

TEMA 13. Dieta vegetariana.

TEMA 14. Dietas alternativas.

Ejes metodológicos de la asignatura

Para alcanzar los objetivos y adquirir las competencias atribuidas se programaran las siguientes actividades:

Actividad	Objetivo	Descripción
Clases magistrales. (CM)	1-8	Adquisición de conocimientos sobre dietética aplicada en situaciones fisiológicas del individuo, dietas en colectividades y alternativas alimentarias. Reconocimiento a la diversidad y la multiculturalidad.
Seminarios. (Sem)	3-8	Exposición, tratamiento y discusión sobre como resolver problemas de dietética aplicada en la práctica diaria. Asesoramiento dietético en colectividades.
Prácticas de laboratorio (PL)	7-11	Adquisición de competencias en planificación, cálculo informático y evaluación de dietas. Elaboración y análisis de cuestionarios alimentarios. Utilización de técnicas culinarias.
Trabajos dirigidos (Treb)	5-7	Trabajos académicamente dirigidos para conseguir los objetivos de capacidad en síntesis y expresión oral.

Tutorías. (Tut)	1-11	Orientar los aprenendizajes evitando la dispersión y clarificar dudas sobre el contenido global de la asignatura.

- **Clases magistrales. (CM)**

Se realizaran con todo el alumnado en el aula. Tienen como finalidad dar una visión general de los contenidos educativos relacionados con los conocimientos específicos de la asignatura, destacando aquellos aspectos que se relacionan con la adquisición de competencias referidas a la bromatología.

.

- **Seminarios. (Sem)**

Los seminarios son obligatorios y se han de realizar en el grupo que corresponda a cada alumno. Se realizaran actividades, como hacer propuestas de menús para diferentes estados fisiológicos del individuo y para colectividades, que aporten conocimientos prácticos y desarrollen los temas tratados en las clases magistrales.

Seminario 1. Diseño de estudios de dieta total

Seminario 2. Elaboración y interpretación de una historia dietética

Seminario 3. Elaboración de un registro dietético. Exposición del informe.

Seminario 4. Métodos de transmisión del plan de alimentación (I)

Seminario 5. Métodos de transmisión del plan de alimentación (II)

Seminario 6. Alimentación adaptada a lactantes. Preparación de biberones y alimentación Beikost.

Seminario 7. Dietas para mujeres embarazadas

Seminario 8. Dietas para escolares

Seminario 9. Dietas en el envejecimiento

Seminario 10. Dietas en el deporte

Seminario 11. Dietas en sobrepeso y obesidad

Seminario 12. Dietes en dislipemias

Seminario 13. Dietes en diabetes

Seminario 14. Dieta vegetariana y dietas alternativas

Seminario 15. Adaptación de dietas a diferentes culturas y condiciones especiales

Seminario 16. Planificación dietética-educación nutricional

- **Prácticas de laboratorio. (PL)**

Las prácticas de laboratorio-simulación son obligatorias y se realizaran en aula de informática y laboratorios. Se realizaran actividades relacionadas con la elaboración de dietas y la evaluación de la conducta alimentaria:

- Diseño y planificación de dietes.

- Cálculo informático de valores nutricionales y energéticos. Valoración del consumo alimentario.
- Utilización de diferentes herramientas informáticas para el cálculo de dietas específicas.
- Diseño y análisis de cuestionarios alimentarios en colectividades.
- Elaboración de menús. Utilización de técnicas culinarias para optimitzar las características organolépticas y nutricionales.

- **Trabajos dirigidos (Treb)**

  Realización de dos trabajos obligatorios:

  - un trabajo individual sobre valoración del consumo alimentario

  - un trabajo en grupo sobre planificación dietètica-educación nutricional

- **Tutorías. (Tut.)**

  Seminario-Tutoría. Se realizarà en grupos de 15-20 alumnos. Tendrá como finalidad clarificar dudas sobre la realización de informes de pràcticas y trabajos.

Sistema de evaluación

La evaluación del aprendizaje será continuada teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

- Se realizaran 2 exámenes parciales de la parte teórica, con 30 preguntas tipo test (60% de la nota) y 4 preguntas-casos prácticos (40% de la nota). Este tipo de evalución corresponderá al 40% de la nota final de la assignatura. Se valorará también la expresión, la claredad y la corrección en el escrito. Cada uno de los exámenes se aprueba con una nota igual o superior a 6 sobre 10, si no se obtiene esta nota deberá realizarse la recuperación de los parciales no aprobados. En el examen de recuperación la puntuación máxima que se puede obtener es de aprobado (5.0).

- Se realizará un examen teórico-práctico individual para evaluar las habilidades adquiridas sobre cálculo informático de dietas que corresponderá al 10% de la nota final.

- La evaluación de las prácticas de laboratorio-simulación corresponden al 10% de la nota final. Se valorará la asistencia activa a las sesiones de prácticas y la elaboración del informe correspondiente.

- La asistencia y participación a los seminarios representa un total del 30% de la evaluación (incluye el trabajo individual sobre valoración del consumo alimentario).

- La presentación y exposición oral de los trabajos sobre planificación dietética-educación nutricional representa un 10% de la evaluación.

Para aprobar la asignatura es necesario aprobar por separado el contenido teórico y práctico. El apartado práctico (prácticas de laboratorio-simulación, seminarios y trabajos) es obligatorio y si no se realiza y no se presentan los informes correspondientes NO se aprueba la asignatura.

OBSERVACIONES: Si por razones sanitarias, o otras circunstancias imprevistas, no se pueden realizar las sesiones presenciales éstas se realizaran de forma virtual síncrona y el sistema de evaluación podría ser modificado.

Bibliografía y recursos de información

Libros

- Aguilar, M. *Nutrición científica y práctica*. Ed. Libertarias, Madrid. 2004.
- Biesalski, H.K. y 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.
- Gil, A. et al. *Tratado de nutrición. Tomo iII*. Ed. Acción Médica. 2010.
- Kathleen, L. y Escott, S. *Nutrición y dietoterapia de Krause*. Ed. McGraw-Hill Interamericana, Madrid. 2002.
- Mataix, J. *Nutrición y alimentación humana*. Ergon cop. 2002.
- Muñoz, M. *Nutrición aplicada y dietoterapia*. Eunsa. 2004.
- Palma, I et al. *Tablas de composición de alimentos por medidas caseras de consumo habitual en España*. Ed. McGraw-Hill Interamericana, Madrid. 2008.
- Rubio, M.A. *Manual de alimentación y nutrición en el anciano*. Ed. Masson, S.A., Barcelona. 2002
- Salas, J. et al. *Nutrición y dietética clínica*. Ed. Elsevier España S.L. 2014.