Universitat de Lleida

GUÍA DOCENTE

DIETÉTICA

Coordinación: PIQUE FERRE, M. TERESA

Año académico 2023-24

DIETÉTICA 2023-24

Información general de la asignatura

<table>
<tr><td>Denominación</td><td>DIETÉTICA</td></tr>
<tr><td>Código</td><td>100643</td></tr>
<tr><td>Semestre de impartición</td><td>2o Q(SEMESTRE) EVALUACIÓN CONTINUADA</td></tr>
<tr><td>Carácter</td><td>
<table>
<tr><th>Grado/Máster</th><th>Curso</th><th>Carácter</th><th>Modalidad</th></tr>
<tr><td>Doble titulación: Grado en Nutrición Humana y Dietética y Grado en Fisioterapia</td><td>3</td><td>OBLIGATORIA</td><td>Presencial</td></tr>
<tr><td>Grado en Nutrición Humana y Dietética</td><td>2</td><td>OBLIGATORIA</td><td>Presencial</td></tr>
</table>
</td></tr>
<tr><td>Número de créditos de la asignatura (ECTS)</td><td>9</td></tr>
<tr><td>Tipo de actividad, créditos y grupos</td><td>
<table>
<tr><th>Tipo de actividad</th><th>PRALAB</th><th>PRAULA</th><th>TEORIA</th></tr>
<tr><td>Número de créditos</td><td>1.2</td><td>4.8</td><td>3</td></tr>
<tr><td>Número de grupos</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td></tr>
</table>
</td></tr>
<tr><td>Coordinación</td><td>PIQUE FERRE, M. TERESA</td></tr>
<tr><td>Departamento/s</td><td>TECNOLOGÍA, INGENIERÍA Y CIENCIA DE ALIMENTOS</td></tr>
<tr><td>Información importante sobre tratamiento de datos</td><td>Consulte este enlace para obtener más información.</td></tr>
<tr><td>Idioma/es de impartición</td><td>Catalán</td></tr>
</table>

DIETÉTICA 2023-24

Profesor/a (es/as)	Dirección electrónica\nprofesor/a (es/as)	Créditos impartidos por el profesorado	Horario de tutoría/lugar
BARAHONA VIÑES, MARÍA ANTONIA	antonieta.barahona@udl.cat	6	
PIQUE FERRE, M. TERESA	mariateresa.pique@udl.cat	10,2	

Información complementaria de la asignatura

La Dietética estudia la forma de proporcionar a cada individuo o colectivitad 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 estato 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 utilització de herramientas informáticas.

Competencias

Competencias Específicas:

CE28 Aplicar los conocimientos de las Ciencias de los Alimentos y de la Nutrición a la pràctica dietética y dietoterápica.

CE29 Conocer la gastronomía y las técnicas culinarias para optimizar las características organolépticas y nutricionales en dietética y dietoterapia.

CE31 Participar en el diseño de estudios de dieta total.

CE35 Identificar los problemas dietético-nutricionales del paciente, así como los factores de riesgo.

CE36 Elaborar e interpretar una historia dietética en sujetos sanos y enfermos.

CE40 Planificar, implantar y evaluar dietas terapéuticas para sujetos y/o grupos.

CE45 Planificar y llevar a cabo programas de educación dietético-nutricional en sujetos sanos y enfermos.

Competencias Generales:

CG1 Reconocer los elementos esenciales de la profesión del dietista-nutricionista, incluyendo los principios éticos, responsabilidad legales y el ejercicio de la profesión aplicando el principio de justicia social a la práctica profesional y desarrollándola con respecto a las personas, sus hábitos, creencias y culturas.

CG2. Desarrollar la profesión con respeto a otros profesionales de la salud, adquiriendo habilitades para trabajar en equipo.

CG3. Reconocer las propias limitaciones y la necesidad de mantener y actualizar la competencia profesional, prestando especial importancia al aprendizaje, de manera autónoma y continuada, de nuevos conocimientos, productos y técnicas en nutrición y alimentación, así como la motivación por la calidad.

CG4. 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 utilitzar las tecnologías de la información y la comunicación especialmente las relacionadas con la nutrición y los hábitos de vida.

CG5. Conocer, valorar críticamente y saber utilizar y aplicar las fuentes de información relacionades con nutrición, alimentación, estilos de vida y aspectos sanitarios.

CG6. Conocer los límites de la profesión y sus competencias, identificando cuando es necesario un tratamiento interdisciplinar o la derivación a otro profesional.

Competencias Básicas:

CB2 Que los estudiantes sepan aplicar sus conocimientos a su trabajo o vocación de una forma profesional y posean las competencias que suelen demostrarse por medio de la elaboración y defensa de argumentos y la resolución de problemas dentro de su área de estudio.

CB3 Que los estudiantes tengan la capacidad de reunir e interpretar datos relevantes (normalment dentro de su área de estudio) para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social, científica o ética.

CB4 Que los estudiantes puedan transmitir información, ideas, problemas y soluciones a un público tanto especializado como no especializado.

CB5 Que los estudiantes hayan desarrollado aquellas habilidades de aprendizaje necesarias para emprender estudios posteriores con un alto grado de autonomía.

Competencias Transversales de la UdL:

CT3 Dominar las TIC.

CT5. Adquirir nociones esenciales del pensamiento científico.

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 en el 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.

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 es continuada y para aprobar la asignatura es necesario aprobar por separado el contenido teórico y práctico.

La **evaluación continua** del aprendizaje se realizará a partir de las actividades de evaluación que se organizan en los bloques siguientes:

Bloque A: Exámenes o pruebas escritas de teoría (40%) - Se realizaran 2 exámenes parciales de la parte teórica, con 4 preguntas-casos prácticos (40% de la nota) y 30 preguntas tipo test (60% de la nota) en que cada pregunta tipo test con respuesta no correcta restará 0,07 puntos. Este tipo de evaluación corresponderá al 40% de la nota final de la asignatura. Se valorará también la expresión, la claridad y la corrección en el escrito. Cada uno de los exámenes se aprueba con una nota igual o superior a 5 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).

Bloque B: Examen práctico informático (15%) - Se realizará un examen teórico-práctico individual de resolución de casos, para evaluar las habilidades adquiridas sobre cálculo informático de dietas, que corresponderá al 15% de la nota final de la asignatura. Este examen se aprueba con una nota igual o superior a 5 sobre 10, si no se obtiene esta nota deberá realizarse la recuperación del examen. En el examen de recuperación la puntuación máxima que se puede obtener es de aprobado (5.0).

Bloque C: Prácticas en el laboratorio (10%) - 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 realización de estas prácticas es obligatoria y si no se realizan y no se presentan los informes correspondientes no se aprueba este bloque.

Bloque D: Actividades en aula (25%) - La participación activa a los seminarios y la realización de las actividades programadas supondrá el 25% de la nota final de la asignatura. La realización de la actividad-trabajo con exposición oral individual del Seminario 3 sobre valoración del consumo alimentario tiene un peso del 10% en la nota final de la asignatura. La realización de estas actividades es obligatoria y si no se realizan y no se presentan los informes correspondientes no se aprueba este bloque.

Bloque E: Trabajo (10%) - La presentación y exposición oral de los trabajos sobre planificación dietética-educación nutricional representa un 10% de la nota final de la asignatura. Se valorará también la expresión, la claridad y la corrección en el escrito y en la exposición oral. La realización de este trabajo es obligatoria y si no se realiza no se aprueba este bloque.

En caso de acogerse a la **evaluación alternativa**, ésta consistirá en:

- En la fecha correspondiente al último examen parcial de la evaluación continua se realizará un examen sobre la totalidad del contenido teórico de la asignatura, con 8 preguntas-casos prácticos (40% de la nota) y 60 preguntas tipo test (60% de la nota) en que cada pregunta tipo test con respuesta no correcta resta 0,035 puntos. Este tipo de evaluación corresponderá al 45% de la nota final de la asignatura. Se valorará la expresión, la claridad y la corrección en el escrito. Este examen se aprueba con una nota igual o superior a 5 sobre 10, y si no se obtiene esta nota será necesario hacer la recuperación del examen. En el examen de recuperación la puntuación máxima que se puede obtener es de aprobado (5.0),

- En la fecha correspondiente al último examen parcial de la evaluación continua se realizará el examen práctico individual de resolución de casos, para evaluar las habilidades sobre cálculo informático de dietas, que corresponderá al 15% de la nota final de la asignatura. Este examen se aprueba con una nota igual o superior a 5 sobre 10, si no se obtiene esta nota será necesario hacer la recuperación del examen. En el examen de recuperación la puntuación máxima que se puede obtener es de aprobado (5.0).

- La participación activa en las sesiones de prácticas se considera fundamental para el aprendizaje de la asignatura. La evaluación de las prácticas de laboratorio-simulación corresponden al 10% de la nota final de la asignatura. Se valorará la asistencia activa a las sesiones de prácticas y la elaboración del informe correspondiente. La realización de estas prácticas es obligatoria y si no se realizan y no se presentan los informes correspondientes no se aprueba este bloque.

- El apartado de seminarios corresponderá al 20% de la nota final de la asignatura. Se considera fundamental para el aprendizaje de la asignatura la realización del trabajo individual sobre valoración del consumo alimentario que se expondrá presencialmente en el Seminario 3- *Elaboración de un registro dietético. Exposición del informe* (10% de la nota). También se considera necesaria la asistencia y participación a los seminarios: Seminario 4- *Métodos de transmisión del plan de alimentación (I*), Seminario 5- *Métodos de transmisión del plan de alimentación (II)*. La realización de estos seminarios es obligatoria y si no se realizan y no se presentan los informes correspondientes no se aprueba este bloque.

- El trabajo sobre planificación dietética-educación nutricional que representa el 10% de la nota final de la asignatura se realizará individualmente sin la exposición oral. Se valorará la expresión, la claridad y la corrección en el escrito. La realización de este trabajo es obligatoria y si no se realiza no se aprueba este bloque.

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.